

«Утверждаю»  
Заведующая  
ГККП «Ясли-сад «Күншүак»  
Ж.А.Курманова  
«29» майы 2025 г



**Перспективный план по физической культуре для дошкольной группы  
на 2025-2026 учебный год**

Физ.инструктор: Гүлпан Дүйсенғалиқызы

**Перспективный план организованной деятельности на 2025 – 2026 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного воспитания и обучения**

**Организация образования: ГККП детский сад «Күншуақ»**

**Группа: №10 «Радуга» предшкольная группа**

**Возраст детей: дети 5-6 лет**

**На какой период составлен план: сентябрь 2025 год**

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Физическая культура	<p><b>Общеразвивающие упражнения:</b> Разводить руки в стороны из положения «руки перед грудью»; поднимать руки вверх и разводить в стороны из положения «руки за голову». Повороты вправо, влево, поднимая руки вперед. Подниматься на носки.</p> <p><b>Основные движения:</b> ходить в колонне по одному, по двое, по трое; ходить с перешагиванием через предметы; бегать врассыпную, парами высоко поднимая колени; ползать на четвереньках «змейкой» между предметами в чередовании с ходьбой, переползать через препятствия; прыгать на месте; бросать мяч вверх, через шнур и ловить двумя руками, одной рукой (правой и левой поочередно); строиться в колонну по одному, по два, по три, в шеренгу; перестроиться в колонну по двое, по трое; равнение в колонне на вытянутые руки вперед, в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны; повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком.</p> <p><b>Музыкально- ритмические упражнения.</b> Выполнять красиво и грациозно знакомые физические упражнения под музыку. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Шагать прямо. Движение парами по кругу.</p> <p><b>Спортивные упражнения.</b> Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Продолжать знакомить с различными видами спорта. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.</p> <p><b>Спортивные игры.</b> Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Водить мяч вокруг предметов. Закатывать мяч в ворота. Отбивать мяч о стену несколько раз, подряд.</p> <p><b>Подвижные игры.</b> Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b> Организовать пространство для многовариантных игр. Наличие картотеки игр, движений, упражнений.</p>

**Формирование здорового образа жизни.**

Расширять представления об организме человека и особенностях его деятельности. Обратить внимание детей на особенности организма и здоровья. Расширить представления о важнейших компонентах здорового образа жизни: здоровом питании, движении, сне и бодрствовании, воздухе и воде и факторах, наносящих вред здоровью.

**Культурно-гигиенических навыки.**

Совершенствовать навыки культуры поведения за столом, свободного пользования столовыми приборами.

**Оздоровительно-закаливающие мероприятия.**

Приучать к самостоятельному проведению элементарных водных мероприятий с постепенным снижением температуры местных мероприятий, учитывать здоровье детей, уровень адаптации к воздействиям закаливающих средств, обливать водой противоположной температуры, вызывать интерес к выполнению утренней гимнастики, формировать осанку и укреплять пятки ног.

Перспективный план организованной деятельности на 2025 – 2026 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного воспитания и обучения

Организация образования: ГККП детский сад «Күншуак»

Группа: №10 «Радуга» предшкольная группа

Возраст детей: дети 5-6 лет

На какой период составлен план: октябрь 2025 год

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Физическая культура	<p><b>Общеразвивающие упражнения:</b> Разводить руки в стороны из положения «руки перед грудью»; поднимать руки вверх и разводить в стороны из положения «руки за голову». Повороты вправо, влево, поднимая руки вперед. Подниматься на носки.</p> <p><b>Основные движения:</b> ходить в колонне на носках, на пятках; ходить по ограниченной поверхности приставным шагом; бегать в колонне по одному, по двое, высоко поднимая колени; ползать на четвереньках «змейкой» между предметами в чередовании с бегом, переползать через препятствия; прыгать с продвижением вперед на расстояние 3–4 метра, на двух ногах с мешочком, зажатым между колен; прокатывать мяч между предметами, поставленными в ряд; строиться в колонну по одному, по два, по три, в шеренгу; перестроиться в колонну по двое, по трое; равнение в колонне на вытянутые руки вперед, в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны; повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком.</p> <p><b>Музыкально- ритмические упражнения.</b> Выполнять красиво и грациозно знакомые физические упражнения под музыку. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Шагать прямо. Движение парами по кругу.</p> <p><b>Спортивные упражнения.</b> Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Продолжать знакомить с различными видами спорта. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.</p> <p><b>Спортивные игры.</b> Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Водить мяч вокруг предметов. Закатывать мяч в ворота. Отбивать мяч о стену несколько раз, подряд.</p> <p><b>Подвижные игры.</b> Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b> Создавать двигательную среду, насыщенную различным оборудованием и спортивным инвентарем, способствующими</p>

	<p>развитию игры.</p> <p><b>Формирование здорового образа жизни.</b> Расширять представления об организме человека и особенностях его деятельности. Обратить внимание детей на особенности организма и здоровья. Расширить представления о важнейших компонентах здорового образа жизни: здоровом питании, движении, сне и бодрствовании, воздухе и воде и факторах, наносящих вред здоровью.</p> <p><b>Культурно-гигиенических навыки.</b> Совершенствовать навыки культуры поведения за столом, свободного пользования столовыми приборами.</p> <p><b>Оздоровительно-закаливающие мероприятия.</b> Приучать к самостоятельному проведению элементарных водных мероприятий с постепенным снижением температуры местных мероприятий, учитывать здоровье детей, уровень адаптации к воздействиям закаливающих средств, обливать водой противоположной температуры, вызывать интерес к выполнению утренней гимнастики, формировать осанку и укреплять пятки ног.</p>
--	--

Перспективный план организованной деятельности на 2025 – 2026 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного воспитания и обучения

Организация образования: ГККП детский сад «Куншуак»

Группа: №10 «Радуга» предшкольная группа

Возраст детей: дети 5-6 лет

На какой период составлен план – ноябрь 2025 год

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Физическая культура	<p><b>Общеразвивающие упражнения:</b> Разводить руки в стороны из положения «руки перед грудью»; поднимать руки вверх и разводить в стороны из положения «руки за голову». Наклоны вперед, прогибаясь, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Переступать на месте без отрыва носков ног от опоры.</p> <p><b>Основные движения:</b> ходить в колонне на внутренней и внешней стороне стоп; ходить по ограниченной поверхности на носках, по скамейке, перешагивая кубики; бегать «змейкой» между расставленными в одну линию предметами, с преодолением препятствий; ползать на четвереньках (расстояние 3–4 метра), толкая головой мяч; прыгать по прямой (расстояние 6 метров); бросать мяч о стену и ловить двумя руками; строиться в колонну по одному, по два, по три, в шеренгу; перестроиться в колонну по двое, по трое; равнение в колонне на вытянутые руки вперед, в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны; повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком.</p> <p><b>Музыкально- ритмические упражнения.</b> Выполнять красиво и грациозно знакомые физические упражнения под музыку. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Шагать прямо. Движение парами по кругу.</p> <p><b>Спортивные упражнения.</b> Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Продолжать знакомить с различными видами спорта. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.</p> <p><b>Спортивные игры.</b> Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Водить мяч вокруг предметов. Закатывать мяч в ворота. Отбивать мяч о стену несколько раз, подряд.</p> <p><b>Подвижные игры.</b> Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b></p>

Формировать навыки организации соревнований со сверстниками, подчинения их правилам.

**Формирование здорового образа жизни.**

Расширять представления об организме человека и особенностях его деятельности. Обратить внимание детей на особенности организма и здоровья. Расширить представления о важнейших компонентах здорового образа жизни: здоровом питании, движении, сне и бодрствовании, воздухе и воде и факторах, наносящих вред здоровью.

**Культурно-гигиенических навыки.**

развивать самоконтроль при выполнении правил и навыков личной гигиены: следить за чистотой тела, мыть руки, ноги, тщательно чистить зубы, без напоминания полоскать рот после еды, пользоваться носовым платком, проводить влажные обтирания до пояса. Осознавать необходимость проведения этих процедур и пользования индивидуальными предметами гигиены.

**Оздоровительно-закаливающие мероприятия.**

Приучать к самостоятельному проведению элементарных водных мероприятий с постепенным снижением температуры местных мероприятий, учитывать здоровье детей, уровень адаптации к воздействиям закаливающих средств, обливать водой противоположной температуры, вызывать интерес к выполнению утренней гимнастики, формировать осанку и укреплять пятки ног.

**Перспективный план организованной деятельности на 2025 – 2026 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного воспитания и обучения**

**Организация образования: ГККП детский сад «Күншуақ»**

**Группа: №10 «Радуга» предшкольная группа**

**Возраст детей: дети 5-6 лет**

**На какой период составлен план – декабрь 2025 год**

<b>Организованная деятельность</b>	<b>Задачи организованной деятельности</b>
<b>Физическая культура</b>	<p><b>Общеразвивающие упражнения:</b> Поднимать руки со сцепленными в «замок» пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх. Наклоны вперед, прогибаясь, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Переступать на месте без отрыва носков ног от опоры.</p> <p><b>Основные движения:</b> ходить высоко поднимая согнутую в колене ногу; ходить по ограниченной поверхности на носках, по скамейке, перешагивая кубик по канату боком, приставным шагом (пятки на канате, носки на полу); бегать, с преодолением препятствий в естественных условиях; ползать по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени; прыгать на двух ногах между предметами (расстояние 4 метра); бросать мяч о стену и ловить двумя руками; строиться в колонну по одному, по два, по три, в шеренгу; перестроиться в колонну по двое, по трое; равнение в колонне на вытянутые руки вперед, в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны; повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком.</p> <p><b>Музыкально- ритмические упражнения.</b> Выполнять красиво и грациозно знакомые физические упражнения под музыку. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Шагать прямо. Движение парами по кругу.</p> <p><b>Спортивные упражнения.</b> Катание на санках. Катать друг друга на санках, кататься на санках с горки по одному и по двое. Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам самостоятельно, после разбега.</p> <p><b>Спортивные игры.</b> Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота.</p> <p><b>Подвижные игры.</b> Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b> В зимнее время года – создать условия для скольжения по ледяным дорожкам, ходьбы на лыжах, игры в хоккей, катания на</p>

санках, а в теплый период года – для катания на велосипеде, игры в футбол, бадминтон, баскетбол. Наличие на участке дорожки препятствий.

**Формирование здорового образа жизни.**

Совершенствовать представления о том, что здоровье человека зависит от правильного питания. Расширить представления о влиянии гигиены и режима дня на здоровье человека. Формировать навыки ухода за больным: заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения. Воспитывать умение сопереживать больным.

**Культурно-гигиенических навыки.**

развивать самоконтроль при выполнении правил и навыков личной гигиены: следить за чистотой тела, мыть руки, ноги, тщательно чистить зубы, без напоминания полоскать рот после еды, пользоваться носовым платком, проводить влажные обтирания до пояса. Осознавать необходимость проведения этих процедур и пользования индивидуальными предметами гигиены.

**Оздоровительно-закаливающие мероприятия.**

Приучать к самостоятельному проведению элементарных водных мероприятий с постепенным снижением температуры местных мероприятий, учитывать здоровье детей, уровень адаптации к воздействиям закаливающих средств, обливать водой противоположной температуры, вызывать интерес к выполнению утренней гимнастики, формировать осанку и укреплять пятки ног.

**Перспективный план организованной деятельности на 2025 – 2026 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного воспитания и обучения**

**Организация образования: ГККП детский сад «Күншуак»**

**Группа: №10 «Радуга» предшкольная группа**

**Возраст детей: дети 5-6 лет**

**На какой период составлен план – январь 2026 год**

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
<b>Физическая культура</b>	<p><b>Общеразвивающие упражнения:</b> Поднимать руки со сцепленными в «замок» пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх. Наклоны вперед, прогибаясь, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Переступать на месте без отрыва носков ног от опоры.</p> <p><b>Основные движения:</b> ходить высоко поднимая согнутую в колене ногу; ходить по ограниченной поверхности на носках, по скамейке, перешагивая кубик по канату боком, приставным шагом (пятки на канате, носки на полу); бегать, с преодолением препятствий в естественных условиях; ползать по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени; прыгать на двух ногах между предметами (расстояние 4 метра); бросать мяч о стену и ловить двумя руками; строиться в колонну по одному, по два, по три, в шеренгу; перестроиться в колонну по двое, по трое; равнение в колонне на вытянутые руки вперед, в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны; повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком.</p> <p><b>Музыкально- ритмические упражнения.</b> Выполнять красиво и грациозно знакомые физические упражнения под музыку. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Шагать прямо. Движение парами по кругу.</p> <p><b>Спортивные упражнения.</b> Катание на санках. Катать друг друга на санках, кататься на санках с горки по одному и по двое. Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам самостоятельно, после разбега.</p> <p><b>Спортивные игры.</b> Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота.</p> <p><b>Подвижные игры.</b> Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b> В зимнее время года – создать условия для скольжения по ледяным дорожкам, ходьбы на лыжах, игры в хоккей, катания на</p>

санках, а в теплый период года – для катания на велосипеде, игры в футбол, бадминтон, баскетбол. Наличие на участке дорожки препятствий.

**Формирование здорового образа жизни.**

Совершенствовать представления о том, что здоровье человека зависит от правильного питания. Расширить представления о влиянии гигиены и режима дня на здоровье человека. Формировать навыки ухода за больным: заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения. Воспитывать умение сопереживать больным.

**Культурно-гигиенические навыки.**

развивать самоконтроль при выполнении правил и навыков личной гигиены: следить за чистотой тела, мыть руки, ноги, тщательно чистить зубы, без напоминания полоскать рот после еды, пользоваться носовым платком, проводить влажные обтирания до пояса. Осознавать необходимость проведения этих процедур и пользования индивидуальными предметами гигиены.

**Оздоровительно-закаливающие мероприятия.**

Приучать к самостоятельному проведению элементарных водных мероприятий с постепенным снижением температуры местных мероприятий, учитывать здоровье детей, уровень адаптации к воздействиям закаливающих средств, обливать водой противоположной температуры, вызывать интерес к выполнению утренней гимнастики, формировать осанку и укреплять пятки ног.

**Перспективный план организованной деятельности на 2025 – 2026 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного воспитания и обучения**

**Организация образования: ГККП детский сад «Күншуак»**

**Группа: №10 «Радуга» предшкольная группа**

**Возраст детей: дети 5-6 лет**

**На какой период составлен план – февраль 2026 год**

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
<p><b>Физическая культура</b></p>	<p><b>Общеразвивающие упражнения:</b>                      Поднимать руки со сцепленными в «замок» пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх. Поочередно поднимать согнутые и прямые ноги, прижавшись спиной к гимнастической стенке, держась руками за рейку на уровне бедер. Выполнять 2–3 полуприседаний подряд.</p> <p><b>Основные движения:</b>                      ходить с перешагиванием через предметы, боком;                      ходить по скамейке с переключением на каждый шаг вперед мяча из руки в руку перед собой или за спиной,                      бегать с разной скоростью - медленно, быстро, в среднем темпе непрерывный бег 1,5-2 минуты;                      ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.                      прыжки на правой и левой ноге поочередно между предметами (расстояние 3 метра);                      бросать метать мешочки с песком в цель на расстояние 2–2,5 метра;                      строиться в колонну по одному, по два, по три, в шеренгу; перестроиться в колонну по двое, по трое; равнение в колонне на вытянутые руки вперед, в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны; повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком.</p> <p><b>Музыкально- ритмические упражнения.</b>                      Выполнять красиво и грациозно знакомые физические упражнения под музыку. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Шагать прямо. Движение парами по кругу.</p> <p><b>Спортивные упражнения.</b>                      Катание на санках. Катать друг друга на санках, кататься на санках с горки по одному и по двое.                      Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам самостоятельно, после разбега.</p> <p><b>Спортивные игры.</b>                      Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота.</p> <p><b>Подвижные игры.</b>                      Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b></p>

В зимнее время года – создать условия для скольжения по ледяным дорожкам, ходьбы на лыжах, игры в хоккей, катания на санках, а в теплый период года – для катания на велосипеде, игры в футбол, бадминтон, баскетбол. Наличие на участке дорожки препятствий.

**Формирование здорового образа жизни.**

Совершенствовать представления о том, что здоровье человека зависит от правильного питания. Расширить представления о влиянии гигиены и режима дня на здоровье человека. Формировать навыки ухода за больным: заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения. Воспитывать умение сопереживать больным.

**Культурно-гигиенические навыки.**

Поощрять взаимопомощь детей при проведении гигиенических процедур.

Совершенствовать навыки по самообслуживанию и уходу за своей одеждой.

**Оздоровительно-закаливающие мероприятия.**

Приучать к самостоятельному проведению элементарных водных мероприятий с постепенным снижением температуры местных мероприятий, учитывать здоровье детей, уровень адаптации к воздействиям закаливающих средств, обливать водой противоположной температуры, вызывать интерес к выполнению утренней гимнастики, формировать осанку и укреплять пятки ног.

**Перспективный план организованной деятельности на 2025 – 2026 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного воспитания и обучения**

Организация образования: ГККП детский сад «Күншуак»

Группа: №10 «Радуга» предшкольная группа

Возраст детей: дети 5-6 лет

На какой период составлен план – март 2026 год

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Физическая культура	<p><b>Общеразвивающие упражнения:</b> Поднимать руки вверх-назад одновременно, попеременно. Наклоны вперед, коснуться ладонями пола; поднимая за спиной сцепленные руки; в стороны с поднятыми вверх руками. Приседать, вынося руки вперед; опираясь руками о колени; обхватывая колени руками и пригибая голову.</p> <p><b>Основные движения:</b> ходить с поворотом в другую сторону, с перешагиванием через скакалку, в разном темпе; по ребристой поверхности; бегать на дистанцию 100–120 метров в чередовании с ходьбой; Перелезть через несколько предметов подряд, пролезать в обруч разными способами, лазать по гимнастической стенке с изменением темпа и переходом от одной гимнастической стенке к другой. прыжки в высоту с места 6–8 метров, перебрасывать мяч друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 1,5–2 метра) строиться в колонну по одному, по два, по три, в шеренгу; перестроиться в колонну по двое, по трое; равнение в колонне на вытянутые руки вперед, в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны; повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком.</p> <p><b>Музыкально- ритмические упражнения.</b> Выполнять красиво и грациозно знакомые физические упражнения под музыку. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Шагать прямо. Движение парами по кругу.</p> <p><b>Спортивные упражнения.</b> Катание на велосипеде, самокате. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой и по кругу. Выполнять повороты вправо и влево.</p> <p><b>Спортивные игры.</b> Бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону.</p> <p><b>Подвижные игры.</b> Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b> Создать условия для самостоятельной организации детьми подвижных игр, совершенствовать усвоенные двигательные</p>

умения и навыки во время прогулки. Уметь правильно оборудовать место прогулки.

**Формирование здорового образа жизни.**

Учить описывать свое настроение. Познакомить детей с возможностями здорового человека, сформировать у них потребность в здоровом образе жизни.

**Культурно-гигиенических навыки.**

Поощрять взаимопомощь детей при проведении гигиенических процедур.

Совершенствовать навыки по самообслуживанию и уходу за своей одеждой.

**Оздоровительно-закаливающие мероприятия.**

Приучать к самостоятельному проведению элементарных водных мероприятий с постепенным снижением температуры местных мероприятий, учитывать здоровье детей, уровень адаптации к воздействиям закаливающих средств, обливать водой противоположной температуры, вызывать интерес к выполнению утренней гимнастики, формировать осанку и укреплять пятки ног.

**Перспективный план организованной деятельности на 2025 – 2026 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного воспитания и обучения**

**Организация образования: ГККП детский сад «Күншуак»**

**Группа: №10 «Радуга» предшкольная группа**

**Возраст детей: дети 5-6 лет**

**На какой период составлен план – апрель 2026 год**

<b>Организованная деятельность</b>	<b>Задачи организованной деятельности</b>
<b>Физическая культура</b>	<p><b>Общеразвивающие упражнения:</b> Поднимать руки вверх-назад одновременно, попеременно. Наклоны вперед сидя, стоя на коленях. Выпад вперед, в сторону.</p> <p><b>Основные движения:</b> ходить с остановкой по сигналу взрослого; ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка; бегать на скорость, пробегание отрезков (длина 20 метров); Перелезть через несколько предметов подряд, пролезть в обруч разными способами; прыжки из обруча в обруч на расстоянии 40 сантиметров на одной и на двух ногах, через длинную скакалку, через короткую скакалку, вращая ее вперед; вести мяч между предметами двумя руками (расстояние 4 метра), строиться в колонну по одному, по два, по три, в шеренгу; перестроиться в колонну по двое, по трое; равнение в колонне на вытянутые руки вперед, в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны; повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком.</p> <p><b>Музыкально- ритмические упражнения.</b> Выполнять красиво и грациозно знакомые физические упражнения под музыку. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Шагать прямо. Движение парами по кругу.</p> <p><b>Спортивные упражнения.</b> Катание на велосипеде, самокате. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой и по кругу. Выполнять повороты вправо и влево.</p> <p><b>Спортивные игры.</b> Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди. Упражняться в ведении мяча правой и левой рукой.</p> <p><b>Подвижные игры.</b> Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b> Создать условия для самостоятельной организации детьми подвижных игр, совершенствовать усвоенные двигательные умения и навыки во время прогулки. Уметь правильно оборудовать место прогулки.</p>

**Формирование здорового образа жизни.**

Учить описывать свое настроение. Познакомить детей с возможностями здорового человека, сформировать у них потребность в здоровом образе жизни.

**Культурно-гигиенических навыки.**

Формировать позитивное отношение к выполнению посильных трудовых поручений, обязанностей дежурных по столовой, подготовке к занятиям.

**Оздоровительно-закаливающие мероприятия.**

Приучать к самостоятельному проведению элементарных водных мероприятий с постепенным снижением температуры местных мероприятий, учитывать здоровье детей, уровень адаптации к воздействиям закаливающих средств, обливать водой противоположной температуры, вызывать интерес к выполнению утренней гимнастики, формировать осанку и укреплять пятки ног.

**Перспективный план организованной деятельности на 2025 – 2026 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного воспитания и обучения**

Организация образования: ГKKП детский сад «Күншуак»

Группа: №10 «Радуга» предшкольная группа

Возраст детей: дети 5-6 лет

На какой период составлен план – май 2026 год

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
<b>Физическая культура</b>	<p><b>Общеразвивающие упражнения:</b> Поднимать руки вверх-назад одновременно, попеременно. Передавать друг другу мяч над головой (назад и вперед). Захватывание и перемещение пальцами ног мелких предметов.</p> <p><b>Основные движения:</b> ходить изменением направления движения; враспынную; между предметами между кеглями, с перешагиванием через шнуры; приставными шагами вперед. кружение парами, держась за руки. бегать на скорость до обозначенного места. лазать по гимнастической стенке с изменением темпа и переходом от одной гимнастической стенке к другой. перепрыгивать через шнуры, линии, попеременно на правой и левой ноге, вокруг себя, спрыгивать с высоты, запрыгивать на возвышение до 20 сантиметров. бросать и ловить мяч двумя руками с продвижением вперед (расстояние 4-5 метров). строиться в колонну по одному, по два, по три, в шеренгу; перестроиться в колонну по двое, по трое; равнение в колонне на вытянутые руки вперед, в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны; повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком.</p> <p><b>Музыкально- ритмические упражнения.</b> Выполнять красиво и грациозно знакомые физические упражнения под музыку. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Шагать прямо. Движение парами по кругу.</p> <p><b>Спортивные упражнения.</b> Катание на велосипеде, самокате. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой и по кругу. Выполнять повороты вправо и влево.</p> <p><b>Спортивные игры.</b> Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди. Упражняться в ведении мяча правой и левой рукой.</p> <p><b>Подвижные игры.</b> Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b> Создать условия для самостоятельной организации детьми</p>

подвижных игр, совершенствовать усвоенные двигательные умения и навыки во время прогулки. Уметь правильно оборудовать место прогулки.

**Формирование здорового образа жизни.**

Учить описывать свое настроение. Познакомить детей с возможностями здорового человека, сформировать у них потребность в здоровом образе жизни.

**Культурно-гигиенических навыки.**

Формировать навыки соблюдения правил гигиены в общественных местах.

**Оздоровительно-закаливающие мероприятия.**

Приучать к самостоятельному проведению элементарных водных мероприятий с постепенным снижением температуры местных мероприятий, учитывать здоровье детей, уровень адаптации к воздействиям закаливающих средств, обливать водой противоположной температуры, вызывать интерес к выполнению утренней гимнастики, формировать осанку и укреплять пятки ног.