Утверждаю:
Заведующая Бижбаева Г.З.

Перспективный план по физической для средней группы «Солнышко»
на 2021-2022 учебный год
по ГККП ясли – детский сад «Бобек»

Спорт инструктор: Тайманов Т.Б.

Проверила
Методист детского сада Аллашева Л.Ж.
«5» 09 2021 года

Scanner App Lite

Сәбиншко тобының оқу - іс әрекетін ұйымдастыруға арналған болжамалы жұмыс жоспары
Білім беру саласы «Денсаулық» Білім «Дене шынықтыру»
Перспективный план организованной учебной деятельности для средней группы
Образовательная область «Здоровье» Раздел «Физическая культура»
Қыркүйек/ Сентябрь
Тақырып/Тема «Детский сад»
2021-2022 учебный год

Неделя/Тема	№	Цель	Дата
Іне.еля «Мой детский сад»	1, 2	Учить находить свое место в колонне. Закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно.Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры. Развивать умение сохранять равновесие, развивать ловкость, внимание, формировать интерес к занятиям физической культурой. *жаттығу түрлері - остановите в круг, секірідер – прыгайте, 1-2-3 орынды тап - 1-2-3 найди место, көрсетер - покажем* Учить изменять направление при ходьбе в колонне по сигналу педагога, развивать умение согласовывать свои действия с действиями др. детей. Закреплять умение строиться в колонну по одному, развивать самостоятельность действий и ориентировку в пространстве при построении в колонну.Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте, закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно; формировать умение слушать объяснение педагога, следить за показом, воспитывать коллективизм, желание играть совместно. *Жүріс- ходьба, жүгіру-бег, жолдарына секіру- подскоки вверх, көмектер- кролики, кім келді?- кто пришёл?*	1.09
	3	Упражнять детей в умении находить своё место в колонне, в парах, бег врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, выполнять подскоки, переключать внимание от одного двигательного действия к другому. Совершенствовать ходьбу по ограниченной поверхности и прыжках с продвижением вперед, энергично отталкиваясь двумя ногами вместе. Формировать умение слушать указание педагога, воспитывать дух коллективизма. *Жүріс- ходьба, жүгіру-бег, жолдарына секіру- подскоки вверх, секірідер – прыгайте, 1-2-3 орынды тап -1-2-3 найди место*	2.09

Scanner App Lite

II неделя «Мои друзья»	4	Учить выполнять подскоки ноги вместе, ноги врозь, развивать умение выполнять подскоки ритмично, координировать движения рук и ног, продолжать закреплять умение выполнять упражнения ритмично и изменять направление и изменять направление при ходьбе в колонне по сигналу педагога. Упражнять в ползании в разном направлении, не сталкиваясь друг с другом, развивать ловкость, координационные способности и ориентировку в пространстве спортивного зала; воспитывать организованность, самостоятельность. *шеңберге мұрындар- встаньте в круг, шеңбермен жүру- ходьба по кругу,шеңбермен жүгіру- бег по кругу, кішкентай мұрындар- маленькие котята, сыйлықтар- подарки*	6.09
	5	Учить прокатывать мяч друг другу из исходного положения сед на пятки, сохраняя направление движения мяча.Закреплять умение прыжком ставить ноги врозь и вместе, слегка сгибая ноги в коленях. Упражнять в ходьбе по залу в разном направлении. Совершенствовать умение огибать предметы слева и справа. Воспитывать положительное отношение к занятиям физ.упражнениям, способствовать формированию мотивации совершенствоваться *Екі аяқты біріктіріп және ашық қойын секіру- ноги вместе, ноги врозь, допты бір-бірне домалатыңдар- катите мяч друг другу, орныңды тап- найди место*	8.09
	6	Упражнять выполнять подскоки ноги вместе, ноги врозь, развивать умение выполнять подскоки ритмично, координировать движения рук и ног, продолжать закреплять умение выполнять упражнения ритмично. Закрепить прокатывание мяча друг другу из исходного положения сед на пятки, сохраняя направление движения мяча, построение в пары. Воспитывать положительное отношение к занятиям физ.упражнениями, организованность, развивать ловкость, координационные способности и ориентировку в пространстве. *Шеңбермен жүру- ходьба по кругу,шеңбермен жүгіру- бег по кругу, екі аяқты біріктіріп және ашық қойын секіру- ноги вместе, ноги врозь, допты бір-бірне домалатыңдар- катите мяч друг другу, орныңды тап- найди место*	9.09
III неделя «Любимые игры и игрушки»	7	учить ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени (расстояние 5м), сохраняя направление движения; упражнять в прокатывании мяча, друг другу из исходного положения сед на пятки (расстояние 2 м) развивать силу толчка мяча, соответствующую расстоянию, общую выносливость, ловкость, координационные способности; способствовать воспитанию экологической культуры, эстетического восприятия окружающего мира. *орнын - лас, жолдарды тап - найди листок, доптыбір-бірнедомалатыңдар - катите мяч друг другу, тоқу түйіндеңдер - плетите крючо, қолдар - ноги, қолдар секрей- хлопы прыжок*	13.09

Scanner App Lite

	8	учить ходить по шнуру, положенному прямо, сохраняя равновесие; закреплять умение согласовывать движения рук и ног при ползании на четвереньках с опорой на руки и колени; упражнять в ритмичном подпрыгивании - ноги вместе, хлопок - с выполнением хлопков над головой; воспитывать эстетику, доброжелательное отношение к окружающим. *хуулжамырлыктар — осенние листья, сыныктар жүру- шагом, жүгіру - бегом, қолды алға сер - руки вперед, қолды екі жаққа сер - руки в стороны, қолдыжоғары көтеру - руки вверх, секіру - подпрыгнуть, бір, екі, үш, төрт, бес - 1,2,3,4,5, сыбызғылар – пищики.*	15.09
	9	Упражнять детей ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени (расстояние 6м), сохраняя направление движения; учить ходить по шнуру, положенному прямо, сохраняя равновесие. Совершенствовать катание мяча из исходного положения сидя на корточках, развивая мелкую моторику, общую выносливость, ловкость, координационные способности. *Тұзу сызықтар - положите прямо, жүгіру - бегом, қолды алға сер - руки вперед, қолды екі жаққа сер - руки в стороны.*	16.09
IV неделя «Мебель»	10	учить бегать в колонне по одному, сохраняя направление движения; закреплять умение сохранять прямое положение головы при ходьбе по шнуру; упражнять в катании мячей в произвольном направлении; обогащать двигательный опыт посредством использования игр, воспитывать доброжелательность, привычку к активному отдыху. *алаңдай - колонна, аяқтың ұшы мен жүру - ходьба на носках, өкшемен жүру - ходьба на пятках, жоғарыжоғарыжоғары көтеру - выше вверх, жоғарыжоғары алға сер - выше вперед, доптарды домалатыңдар – катите мячи*	20.09
	11	учить выполнять подскоки - одна нога вперед, другая назад; закреплять умение бегать легко и ритмично с естественными движениями рук, не выходя из колонны; упражнять в ползании на четвереньках, сохраняя направление в движении; развивать общую выносливость, координационные способности; воспитывать позитивное мироощущение, организованность. *жоғарыжар- выше, шатырлар-шатры, жаттығулар-упражнения с флажками, бір-екі, үш-жоғарыжоғары көтер-1-2-3-выше подняли, оңға жүгіріңдер-налево бегом (влево), қорғандар-горки.*	22.09 23.09
	12	Упражнять детей в умении выполнять ходьбу по бордюру (бревну) приставным шагом с приседом, сохраняя равновесие; закрепить бег змеевкой, обогащая двигательный опыт посредством использования игровых заданий, воспитывать доброжелательность, привычку к активному отдыху. *жоғарыжар- выше, жаттығулар-упражнения с флажками, аяқтың ұшы мен жүру - ходьба на носках, жоғарыжоғарыжоғары көтеру - выше вверх, жоғарыжоғары алға сер - выше вперед.*	27.09 29.09

Scanner App Lite

Солнышко тобылмын оқу - іс әрекетін ұйымдастырутa арналған болжамалы жұмыс жоспары
Білім беру саласы «Денсаулық» Білім «Дене шынықтыру»

Перспективный план организованной учебной деятельности для средней группы
Образовательная область «Здоровье» Раздел «Физическая культура»
Қазан/ Октябрь
Тақырып/Тема «Осень щедрая душа»

Неделя/Тема	№	Цель	Дата
I неделя «Осенний букет»	13	учить энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча; закреплять умение последовательно менять положение ног в подскоке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; профилактика нарушений осанки; формировать умение слушать объяснения педагога, следить за показом; воспитывать желание быть здоровыми, красивыми. *доп - мяч, доптыжолдары көтер — мяч вверх, доптыжүйе түсіндіруші - мяч перед собой, доппен жаттығу - упражнения с мячом, доптықақпаға домалатыңдар - катите мяч в ворота*	4.10
	14	учить ползать на четвереньках под веревку, не касаясь ее головой, развивать ловкость, гибкость; закреплять умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер, умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми; воспитывать выдержку, организованность. *майтал — обеспечь, шеңбер- круг, шеңберге тұрыңдар - встаньте в круг, доптықақпаға домалатыңдар - катите мяч в ворота, бір, екі, үш - жүгір - 1-2-3 - беги.*	6.10
	15	Совершенствовать ползание на четвереньках под веревку, не касаясь ее головой, развивать ловкость, гибкость; упражнять энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча; закреплять умение последовательно менять положение ног в подскоке *доптықақпаға домалатыңдар - катите мяч в ворота, доп - мяч, доптыжолдары көтер — мяч вверх, доптыжүйе түсіндіруші - мяч перед собой, доппен жаттығу - упражнения с мячом.*	7.10

Scanner App Lite

Неделя «Дары осени»	16	учить ходить по ленте, положенной по кругу, сохраняя равновесие; профилактика нарушений осанки; продолжать развивать координацию работы рук и ног при ползании на четвереньках, закреплять умение группироваться и не задевать ленту; формировать мотивацию самосовершенствоваться; воспитывать интерес к занятиям, желание быть красивыми. *таспа - лента, тез ал - быстро возьми, тез көтер - быстро подними, қолдарын екі жаққа соз - руки в стороны, алға қарандар - смотрите вперед.*	11.10
	17	учить ритмично ходить и бегать в колонне, сохраняя строй, формировать умение согласовывать свои действия с действиями других; закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру, профилактика плоскостопия; упражнять в метании мячей друг другу; развивать интерес к занятиям физкультурой, воспитывать самостоятельность, организованность. *жіп — шнур, аяқ ұшымен жүру — на носках, бір екі, үш – жүгіруді тоқта - 1-2-3 перестань бегать, тез қолдарыңа - не трогать, тез жинаңдар — быстро в круг, сомданысқа - строиться*	13.10
	18	упражнять ходить по ленте, положенной по кругу, сохраняя равновесие; профилактика нарушений осанки; упражнять в метании мячей друг другу; развивать интерес к занятиям физкультурой, воспитывать самостоятельность, организованность. *таспа - лента, тез ал - быстро возьми, тез көтер - быстро подними, қолдарын екі жаққа соз - руки в стороны, алға қарандар - смотрите вперед.*	14.10
Неделя «Труд людей осенью»	19	учить учиться прыгать достаточно высоко , чтоб повернуться в сторону; закреплять умение чередовать ходьбу и бег в колонне , соблюдая одинаковый темп движения; упражнять в ползании на четвереньках , проползая последовательно под 3 дугами , развивать ловкость и гибкость, воспитывать бережное отношение к своему здоровью, мотивации к здоровому образу жизни *кішкентайлар-маленький лайлак*	18.10
	20	учить ходить по ленте, положенной по кругу, сохраняя равновесие; профилактика нарушений осанки; продолжать развивать координацию работы рук и ног при ползании на четвереньках, закреплять умение группироваться и не задевать ленту; формировать мотивацию самосовершенствоваться; воспитывать интерес к занятиям, желание быть красивыми. *таспа - лента, тез ал - быстро возьми, тез көтер - быстро подними, қолдарын екіжаққа соз - руки в стороны, алға қарандар - смотрите вперед.*	20.10

Scanner App Lite

	21	Упражнять детей в умении прыгать достаточно высоко , чтоб повернуться в сторону; продолжать развивать координацию работы рук и ног при ползании на четвереньках, совершенствовать ходьбу по ленте, положенной по кругу, сохраняя равновесие. Формировать мотивацию самосовершенствоваться; воспитывать интерес к занятиям, желание быть красивыми.*таспа - лента, тез ал - быстро возьми, тез көтер - быстро подними, қолдарын екіжақты сал - руки в стороны, алға қарандар - смотрите вперед.*	21.10
IV неделя **« Перелетные птицы»**	22	продолжать учить ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени, учитывать высоту поднятого предмета при ползании под него, развивать ловкость; закреплять умение легко подталкивать мяч снизу-вверх пальцами рук и менять направление мяча при катании между предметами; способствовать формированию социальной компетентности, толерантности, обогащать двигательный опыт посредством использования казахских игр. *орамал - платок, «Сиқырлы таяқша» -«волшебная палочка», орамалды көтеру - платок вверх, орамалды өзіңдегі ұстап тұру - платок перед собой, орамалдармен жаттығулар -упражнения с платочками, ұшты-ұшты - летает-летает.*	25.10
	23	учить ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя равновесие (профилактика нарушения осанки); закреплять умение координировать работу рук и ног при ползании, не касаться палки при ползании под ней; развивать ловкость; упражнять в энергичном подпрыгивании с поворотами направо и налево; формировать у детей положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, воспитывать бережное отношение к своему здоровью. *түрлі түсті орамалдар - разноцветные платочки, «Жасырынбақ» - «Прятки», тығылыңдар - спрятались, балалар қайда? - где дети? орамалдармен жаттығулар - упражнения с платочками, маған қарай еңбектеңдер - ползите ко мне, түсіріп алмай өтіңіз - пронеси, не урони.*	27.10
	24	учить ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя равновесие (профилактика нарушения осанки); закреплять умение легко подталкивать мяч снизу-вверх пальцами рук и менять направление мяча при катании между предметами; способствовать формированию социальной компетентности, толерантности, обогащать двигательный опыт посредством использования подвижных игр *орамалдармен жаттығулар - упражнения с платочками, маған қарай еңбектеңдер - ползите ко мне, түсіріп алмай өтіңіз - пронеси, не урони, орамалды көтеру - платок вверх, орамалды өзіңдегі ұстап тұру - платок перед собой.*	28.10

Scanner App Lite

Солнышко тобышын оқу - іс әрекетін ұйымдастыруға арналған болжамалы жұмыс жоспары
Білім беру саласы «Денсаулық» Бөлім «Дене шынықтыру»

Перспективный план организованной учебной деятельности для средней группы
Образовательная область «Здоровье» Раздел «Физическая культура»
Қараша/ Ноябрь
Тақырып/Тема «Моя семья»

Неделя/Тема	№	Цель	Дата
I неделя «Профессии разные нужны, профессии разные важны»	25	учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать; упражнять в равновесии, закреплять умение ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя правильное положение головы; формирование навыка красивой походки, профилактика нарушений осанки; упражнять в прыжках на месте с поворотами вокруг себя, совершенствовать умение прыгать достаточно высоко, чтобы повернуться; воспитывать бережное отношение к окружающим, развивать выразительность движений, фантазию. *қуыршақтар - куклы, қуыршақтыжүреді - куклы ходят, қуыршақтыжүгіреді - куклы бегают, қуыршақтырдематынжатыр(ұйықтап жатыр) - куклы отдыхают, секіруде -прыгают.*	1.11
	26	учить шагать более широким шагом с естественными движениями рук по дорожке между двумя параллельными линиями; закреплять умение четко выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением, ходить ритмично, легко бегать вперед-назад с естественными движениями рук; упражнять в катании мячей друг другу, формировать умение энергично отталкивать мяч двумя руками;развивать глазомер, ориентировку в пространстве спортивного зала; воспитывать доброжелательность, самостоятельность, бережное отношение к игрушкам, к своему здоровью. *«сиқырлысандық» - «волшебный сундучок» сандықты тап - найди сундучок, түлкі - лиса, аю - медведь, қиян - белка, жолменжүр - пройди по дорожке, сеңіп-бұрыл - прыгни-повернись, доптыбір-бірінеқомақтандар - катите мяч друг другу.*	3.11

Scanner App Lite

	27	Упражнять выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать; упражнять в равновесии, совершенствовать умение прыгать достаточно высоко, чтобы повернуться; упражнять детей в умении шагать более широким шагом с естественными движениями рук по дорожке между двумя параллельными линиями. Воспитывать доброжелательность, самостоятельность. *куыршактар - куклы, куыршактаржүреді - куклы ходят, куыршактаржүгіреді -куклы бегают, куыршактардеңалыпжатыр(ұйықтап жатыр) - куклы отдыхают, секіріңдер - прыгайте*	4.11
II неделя «Безопасность дома и на улице»	28	учить выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног; закреплять умение согласовывать шаг с естественными движениями рук, не выходить за пределы линий; упражнять в лазании на четвереньках с опорой на ладони и ступни; развивать общую выносливость, координационные способности, аналитическое мышление; способствовать воспитанию экологической культуры, развитию организованности, внимания. *сонидар - зайцы, қоянжолтар - медвежата, қоянжүгіреді секіріңдер - прыгайте как зайчики, жолмен от - пройти по дорожке, көңілді қоянжолтар - веселые медвежата, кішкентай қоянжолтар-маленькие медвежата, қоянжолтар еңбектеп келеді - медвежата ползут*	8.11
	29	учить подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его двумя руками; закреплять умение ритмично выполнять невысокие подскоки с незначительным сгибанием ног в коленях; упражнять в ходьбе по шнуру с мешочком на голове, развивать умение сохранять равновесие, продолжать формировать навык красивой походки, развивать ум, слушать объяснения педагога, следить за поворотом, выполнять движение согласованно с другими детьми; воспитывать организованность, выдержку. *құрылысшылар - строители, бір-бірден тізбекке тұрыңдар - постройтесь в колонну по одному, аяқпенжүгіріңдер - бегите тихо, аяқпенжүру -ходьба на носках, секіріңдер - прыгайте*	10.11
	30	упражнять выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног; совершенствовать подбрасывание мяча вперед-вверх, ловить его двумя руками.развивать общую выносливость, координационные способности, развивать организованность, внимания *доптарсіңдеңдер секіріңдер - прыгайте как мячики, бір-бірден тізбекке тұрыңдар - постройтесь в колонну по одному, аяқпенжүгіріңдер - бегите тихо, аяқпенжүру -ходьба на носках, секіріңдер - прыгайте*	11.11

Scanner App Lite

III неделя «Все обо мне»	31	учить правильно группироваться и выпрямляться при подлезании под веревку правым и левым боком, развивать ловкость; упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловли его двумя руками; закреплять умение подбрасывать мяч вперед-вверх, не забрасывая его за голову и ловить его двумя руками; продолжать обогащать двигательный опыт детей, развивать желание заниматься физическими упражнениями самостоятельно. *доп - мяч, доптыжүгүрү алмандар – не уронить мяч, доптыжөнөдөрү контр- мяч вверх, доптыжүгөт үстүндө ултур-мяч перед собой, доптыжөнөдөрү галактору- подбрасывание мяча вверх.*	15.11
	32	учить ходить на передней части стопы по ограниченной площади, сохраняя правильное положение тела, профилактика плоскостопия; упражнять в подлезании под веревку боком, закреплять умение координировать движения рук и ног, последовательно выполняя приставной шаг; развивать ловкость, быстроту; продолжать обогащать двигательный опыт детей; формировать у детей положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, желание заниматься физическими упражнениями самостоятельно. *турал туулуп доптар - разноцветные мячи, бір, екі, үш - допты ал - «1-2-3 мяч возьми, бір, екі, үш - допты кой -1-2-3 мяч положи, көпрөөн өт - пройди по мостику, тез - быстро, баяу - медленно, фигура жасаа - сделай фигуру.*	17.11
	33	учить согласовывать свои действия в паре при ходьбе; закреплять умение ходить на носочках по ограниченной площади, делая короткие шаги, сохраняя непринужденную осанку, профилактика плоскостопия; упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками; развивать координационные способности, внимание, ориентировку в пространстве зала; воспитывать организованность, выдержку. *бір, екі, үш - көгөлдөй тап - 1—2—3— белгиге тайда, жубынды тап - тайды тап, жуптап жүрү - ходьба тарап, колдорыбелдөө - руки на поясе.*	18.11
IVнеделя «Помоги себе и другим»	34	упражнять в подлезании под веревку боком, закреплять умение координировать движения рук и ног, последовательно выполняя приставной шаг; закреплять умение ходить на носочках по ограниченной площади, делая короткие шаги, сохраняя непринужденную осанку, профилактика плоскостопия; упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками; развивать координационные способности, внимание, ориентировку в пространстве зала; воспитывать организованность, выдержку. *«1-2-3 мяч возьми, бір, екі, үш - допты кой -1-2-3 мяч положи, көпрөөн өт - пройди по мостику, тез - быстро, баяу - медленно*	22.11

Scanner App Lite

	35	учить выполнять толчок ног в нужном месте: не слишком далеко и не подбегая под предмет; закреплять умение ходить и бегать в паре ритмично и легко; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и ровной осанки при ходьбе по шнуру; развивать быстроту реакции, координацию движений; продолжать формировать умение выполнять указания педагога точно и быстро, согласовывать свои действия с действиями других детей; воспитывать аккуратность, коллективизм. *тез ал, тез хопер- быстро вольт, быстро подшаг, шенберегетрандер - встаньте в круг, жутпен журу - ходьба парами, жутпен жуйру – без парами, хопхопер - автомобиль*	24.11
	36	Упражнять выполнять толчок ног в нужном месте: не слишком далеко и не подбегая под предмет; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и ровной осанки при ходьбе по шнуру; развивать быстроту реакции, координацию движений; продолжать формировать умение выполнять указания педагога точно и быстро, согласовывать свои действия с действиями других детей; воспитывать аккуратность, коллективизм. *жутпен журу - ходьба парами, тез ал, тез хопер- быстро вольт, быстро подшаг, контрден ат - пройди по мостику, тез - быстро, баку - медленно*	25.11

Scanner App Lite

Солнышко» тобының оқу - іс әрекетін ұйымдастыруға арналған болжамалы жұмыс жоспары
Білім беру саласы «Денсаулық» Білім «Дене шынықтыру»

Перспективный план организованной учебной деятельности для средней группы
Образовательная область «Здоровье» Раздел «Физическая культура»
Желтоксан/ Декабрь
Тақырып/ Тема «Мой Казахстан»

Неделя/Тема	№	Цель	Дата
1 неделя «Цвети мой Казахстан»	37	Учить бросать мяч вертикально вниз об пол и ловить его двумя руками после отскока; упражнять в прыжке вверх на двух ногах с 4 шагов, согласованной работе рук и ног при выполнении толчка; упражнять в ходьбе в колонне со сменой направления; развивать ловкость, внимание, ориентировку в пространстве; формировать мотивацию самосовершенствоваться, привычку к занятиям. *доп мяч, доптығыңдар - мяч вверх, допсеуденсымда - мяч перед собой, ең ептісіңдер - ловкие мальчики, ең епті қыздар - самые ловкие, өзін айналдырадоптыдоп жаттығу - прокатывание мяча вокруг себя, өзін айналдырадоптыдоп жаттығыңдар - прокатывайте мяч вокруг себя, доптыберіп жібер - передай мяч.*	29.11
	38	продолжать учить ползать между предметами, меняя направление и не задевая предметы; развивать ловкость, общую выносливость; закреплять умение ловить мяч после отскока одновременным хватом с двух сторон свободными и не напряженными движениями кистей рук; способствовать формированию позитивного мироощущения, доброжелательности,воспитывать привычку к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой в семье.*ауа шары - воздушный шар, доптар -мяч, жан-жаққа шашырап жүру - ходьба врассыпную, бір-бірімен жіпбекке тұ_ру - построение в колонну по одному, доптыұсынысқадар - не роняйте мяч, доптыеденсеңдіру - бросание мяча об пол, доптыеденсеңдіріп-дар - бросайте мяч об пол.*	2.12

Scanner App Lite

	39	продолжать учить ловить между предметами, меняя направление и не задевая предметы; развивать ловкость, общую выносливость; закреплять умение ловить мяч после отскока одновременным хватом с двух сторон свободными и не напряженными движениями кистей рук. способствовать формированию позитивного мироощущения, доброжелательности; воспитывать привычку к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой в семье. *доктар-мен; жан-жақа қолдарат жүру - ходьба приседая, бір-бірден тізбекше тұ-ру - построение в колонну по одному; доктаңыз сіңгендер - не роняйте мяч; доктаңызшалақтыру - бросание мяча об пол; доктаңызшалақтырыңыз-дар - бросайте мяч об пол.*	6.12.
II неделя **«Астана столица нашей родины»**	40	учить ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания, сохраняя устойчивое равновесие; закреплять умение ползать на ладонях и ступнях между предметами, согласовывать движения рук и ног и не задевать предметы; развивать ловкость, выносливость, координационные способности; воспитывать дисциплинированность, смелость. *орындық - скамейка; орнында тұр - найти место; орындықтан жығылыңыз-дар - упражнения на скамейках; орындықтың үстімен жүру - ходьба по скамейке; қолдары белде - руки на поясе.*	8.12
	41	учить бегать «змейкой» между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов, развивать координацию движений; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положения головы при выполнении задания на повышенной опоре, профилактика нарушений осанки; совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе; воспитывать самостоятельность, уверенность; формировать мотивацию самосовершенствоваться, привычку к здоровому образу жизни. *орындықтарорындалатынжаттығулар -упражнения на скамейках; алға қарау - смотреть вперед; алға қарандар -смотрите вперед; бірінші болу - стать первым; ұшты-ұшты - летают-летают.*	9.12
	42	Упражнять детей ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания, остановка на одной ноге, другая нога прямая назад, сохраняя устойчивое равновесие; совершенствовать спрыгивание с высоты, согласовывая движения рук и ног, отталкиваясь двумя ногами, с фиксацией приземления. Воспитывать самостоятельность, уверенность; формировать мотивацию самосовершенствоваться, привычку к здоровому образу жизни. *орындықтарорындалатынжаттығулар -упражнения на скамейках; алға қарау - смотреть вперед; алға қарандар -смотрите вперед; бірінші болу - стать первым.*	13.12

Scanner App Lite

IIнеделя **«Мой родной край»**	43	учить прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног; закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп); упражнять в катании фитболов друг другу, развивать глазомер, выразительность движений; воспитывать чуткость и доброжелательность. *коңілді тышқандар - веселые мышки, шамдар - фонарики, қос аяқпен секіріңдер - прыгайте на двух ногах, алға секіріңдер - прыгайте вперед, шелеңдеңжүгіру - бег «змейкой».*	15.12
	44	учить бросать мяч друг другу и ловить его способом двумя руками из-за головы; закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног при продвижении вперед прыжками; формировать умение дышать свободно, не задерживать дыхание; воспитывать доброжелательность, желание помочь другим, необходимости заботиться об окружающих. *сиқырлы таяқ - волшебной фонарик, бір-бірден тізбекте жүгіру - ходьба в колонне по одному, бауыжүгіріс - бег медленный, доптабір-біріне лақтырыңдар - бросайте мяч друг другу, бүкіл жолжүгіру - ходьба по залу.*	20.12
	45	Упражнять бросать мяч друг другу и ловить его способом двумя руками из-за головы; закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног при продвижении вперед прыжками; закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп). Формировать умение дышать свободно, не задерживать дыхание; *секіріңдер - прыгайте на двух ногах, алға секіріңдер - прыгайте вперед, шелеңдеңжүгіру - бег «змейкой», бүкіл залдажүгіру - ходьба по залу.*	22.12
IVнеделя **« Здравствуй ,Новый год!»**	46	учить ползать по гимнастической скамейке на животе, держась за края скамейки и подтягиваясь руками; закреплять умение перебрасывать мяч друг другу, ловить его одновременным хватом с двух сторон свободными движениями кистей рук (способом двумя руками из-за головы, расстояние между парами 1,5 м); упражнять в ходьбе на носках, руки к плечам, сохранять равновесие, не выходить за пределы линий; способствовать формированию привычки к здоровому образу жизни, ценностного отношения к семье и близким. *жыл - год, жылан-жылдар ашымрат жүгіру -бег «красоснуки», қолдарды иығыңа қою - руки к плечам, доптабір-біріне лақтырыңдар - бросайте мяч друг другу, «Гулидер» - резвый, боевой конь, скакун.*	23.12

Scanner App Lite

	47	продолжать учить сохранять правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре; закреплять умение принимать правильное положение тела и подтягивать его энергичными движениями рук; развивать общую выносливость, силу; продолжать формировать представления о связи физических упражнений со здоровьем; воспитывать привычку к здоровому образу жизни, ценностного отношения к своему здоровью и близких. *тізбеге бір-бірден жүру - ходьба в колонне по одному; бауға өрмеле жүгіру - бег в медленном темпе, бавр-медленно, қолдар белде - руки на поясе.*	27.12
	48	учить ползать по гимнастической скамейке на животе, держась за края скамейки и подтягиваясь руками; продолжать учить сохранять правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре; закреплять умение принимать правильное положение тела и подтягивать его энергичными движениями рук; развивать общую выносливость, силу; продолжать формировать представления о связи физических упражнений со здоровьем. *тізбеге бір-бірден жүру - ходьба в колонне по одному; бауға өрмеле жүгіру - бег в медленном темпе, бавр-медленно, қолдар белде - руки на поясе.*	29.12 30.12

Scanner App Lite

Солыштыо тобының оқу - іс әрекетін ұйымдастыруға арналған болжамалы жұмыс жоспары
Білім беру саласы «Денсаулық» Білім «Дене шынықтыру»

Перспективный план организованной учебной деятельности для средней группы
Образовательная область «Здоровье» Раздел «Физическая культура»
Қаңтар/ Январь
Тақырып/Тема «Здравствуй , зимушка-зима!»

Неделя/Тема	№	Цель	Дата
I Неделя «Волшебница,зима!»	49	продолжать учить строиться в колонну по одному, ориентироваться в пространстве при ходьбе врассыпную и быстро находить свое место в колонне; закреплять умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие и правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в бросании мяча вертикально вниз об пол и ловле его двумя руками после отскока; развивать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми, соблюдать последовательность выполнения движений, воспитывать выдержку, силу воли. *Аяқты - Дед Мороз, тежмелер - кубики, қолдар белінде - руки на поясе, доптар - мяч, доптыедеңгесоу - бросание мяча об пол*	5.01
	50	учить принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места, согласовывать движения рук вниз-вперед с толчком ног; закреплять умение быстро находить свое место в шеренге, использовать все пространство зала, не мешать друг другу во время ходьбы; совершенствовать умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер, продолжать развивать двигательный потенциал детей посредством соревнований, развивать координацию движений, ловкость, внимание; воспитывать выдержку, дисциплинированность, желание стать сильными, ловкими. *сапқа тұр - встань в строй, тізбекте өз орныңды тап - найди место в колонне, тежмелермен жаттығулар-упражнения с кубиками, кім алысқа секіреді? - Кто дальше прыгнет?*	6.01

Scanner App Lite

	51	Упражнять детей принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места, согласовывать движения рук вниз-вперед с толчком ног, совершенствовать умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер, продолжать развивать двигательный потенциал детей посредством соревнований, развивать координацию движений, ловкость, внимание; воспитывать выдержку, дисциплинированность, желание стать сильными, ловкими. *тежелер - кубик, қолдар белде - руки на поясе, доптар - мячи, сапқа тұр - встать в строй, кім алысқа секіреді? - Кто дальше прыгает?*	10.01
II неделя «Зимние забавы»	52	учить перебрасывать мяч друг другу, стоя в двух шеренгах на расстоянии 1,5м, способом двумя руками из-за головы, соотносить силу броска с расстоянием между шеренгами, закреплять умение выполнять резкие движения руками вниз-вперед, энергичный выпад обеих ног в прыжках в длину с места, приземление на полусогнутые ноги; развивать глазомер, внимательность, быстроту реакции, продолжать формировать умение выполнять указания педагога точно, не торопясь; воспитывать дружелюбие, позитивное мироощущение. *құрақан - сиқыр, шеңберге тұрыңдар -встаньте в круг, өз жұбыңды тап - найди свою пару, жылғадан секіріп өт -перепрыгни через ручей.*	12.01
	53	учить координировать работу рук и ног при ползании по бревну на четвереньках; закреплять умение перебрасывать мяч друг другу с расстояния 2м, следить за направлением полета мяча, встречать летящий мяч мягким движением согнутых рук; развивать выразительность движений, ритмичность; способствовать формированию экологической культуры, гражданственности. *тұлкілер - лисы, аюлар - медведи, қасқырлар - волки, қояндар - зайцы, шеңберге тұрыңдар - встаньте в круг, тез жүгіріңдер - бегите быстрее.*	13.01
	54	Совершенствовать умение перебрасывать мяч друг другу с расстояния 2м, следить за направлением полета мяча, встречать летящий мяч мягким движением согнутых рук; упражнять координировать работу рук и ног при ползании по бревну на четвереньках; развивать выразительность движений, ритмичность; формировать умение выполнять указания педагога точно, не торопясь. *құрақан – сиқыр, шеңберге тұрыңдар -встаньте в круг, өз жұбыңды тап - найди свою пару,* *шеңберге тұрыңдар - встаньте в круг, тез жүгіріңдер – бегите быстрее*	17.01

Scanner App Lite

III неделя «Зимующие птицы»	55	учить сохранять правильное положение спины и головы, контролировать положение тела, при ходьбе по повышенной опоре с мешочком на голове; закреплять умение сохранять равновесие при ползании по бревну; совершенствовать умение подбрасывать мяч вверх-вверх, не забрасывая за голову и ловить его двумя руками; продолжать развивать двигательный потенциал посредством использования игр и игровых упражнений, развивать социальную компетентность; воспитывать доброжелательность, организованность. *тұғыр алмай отыр - промеси не зрона, ұстап ал - поймай, домалатпаңдар - не катыдрыдыр - подбрасывайте мяч, домалатпаңдар - тонтоне мяч*	19.01
	56	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 рационального дыхания; воспитывать бережное отношение к окружающему миру, ценностное отношение к своему здоровью. *ойынмынмыр - игрушки, бір, екі, үш -ойынмынмыр (ойынмен), 1-2-3 - игрушка ойнап (ойнайся), тұғыр алмай, отыр - промеси не зрона, екі аяқпен секіру - прыжки на двух ногах.*	20.01
	57	Упражнять 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. Продолжать развивать двигательный потенциал посредством использования игр и игровых упражнений, развивать социальную компетентность; воспитывать доброжелательность, организованность. *секіруідер - прыгайте на двух ногах, алға секіруідер - прыгайте вперед, қолдар белде - руки на поясе.*	24.01

Scanner App Lite

IV неделя **«Как живут звери?»**	58	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; ходить ритмично с высоким подниманием колен, выполнять плавные приседания; упражнять в перебрасывании мяча друг другу способом двумя руками из-за головы; развивать аналитическое мышление, внимание, слуховое восприятие, глазомер, способствовать формированию социальной компетенции; воспитывать старательность, уверенность. *доруба - маленький ненючек; секіп -прыжок; доптыбір-бірінде лақтырыңдар - бросайте мяч друг другу; доптыұстаңдар - ловите мяч, тосынсыз - скорый*	26.01
	59	учить бежать ритмично, делая короткие шаги, не ускоряя и не замедляя темп, с согнутыми в локтях руками; закреплять умение последовательно перепрыгивать через пять шнуров, энергично отталкиваясь двумя ногами, мягко приземляться на носочки, выпрямляться стоя на всей стопе; упражнять в ползании на четвереньках с перешагиванием через предметы (мягкие модули); развивать координационные способности, общую выносливость, навыки рационального дыхания; представления о связи физических упражнений со здоровьем; воспитывать ценностное отношение к своему здоровью. *ұя - цветок, тізбекпен бір-бірдің жүру -ходьба в колонне по одному, баяужүгіру - бег медленный, баяу - медленно, ең жылдам - самый быстрый*	27.01
	60	закреплять умение последовательно перепрыгивать через пять шнуров, энергично отталкиваясь двумя ногами, мягко приземляться на носочки, выпрямляться стоя на всей стопе; упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; продолжать формировать навыки рационального дыхания; совершенствовать у детей умение принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места, согласовывать движения рук вниз-вперед с толчком ног. *ең жылдам - самый быстрый, секіріңдер - прыгайте на двух ногах, алға секіріңдер - прыгайте вперед,қолдар белде – руки на поясе*	31.01

Scanner App Lite

Сәбилерге тобылып ойну - іс-әрекетін ұйымдастыруға арналған болжамалы жұмыс жоспары
Білім беру саласы «Денсаулық» Бөлім «Дене шынықтыру»
Перспективный план организованной учебной деятельности для средней группы
Образовательная область «Здоровье» Раздел «Физическая культура»
Ақпан/ Февраль
Тақырып/Тема «Мир природы»

Неделі/Тема	№	Цель	Дата
Іиеделя «Живое и не живое в природе»	61	учить бросать мяч вдаль двумя руками из-за головы в положении стоя, придавать силу броску энергичным выпрямлением согнутых рук; закреплять умение выдерживать темп движения, отвлить ногу с пятки на носок, со способными движениями рук, с расслабленными плечами; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, сохраняя осанку; воспитывать интерес к занятиям, здоровому образу жизни. «У медведя в бору» Бег с ловлей и увертыванием. *тізбекте бір-бірімен жүгіру - шыдыр в колонне по одному, допталжаттығу - упражнения с мячом, екпі - ловкий, жылдам - быстрый, сұлу - красивый, батыл - смелый.*	2.02
	62	учить попадать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, координировать работу рук и ног; закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук; соблюдать последовательность выполнения движений; развивать координационные способности, общую выносливость, гибкость; представления о связи физических упражнений со здоровьем; воспитывать интерес к занятиям, здоровому образу жизни, гражданственность. *спортшы - спортсмен, допжүдеттығуда -мяч перед собой, допталжаттығулар- упражнения с мячом, бірінші (екінші) тізбек - первая (вторая) колонна, допталсебетесалыңдар - положите мяч в корзину.*	3.02
	63	закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук; упражнять детей попадать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, координировать работу рук и ног; соблюдать последовательность выполнения движений; развивать координационные способности, общую выносливость, гибкость. *допжүдеттығуда -мяч перед собой, допталжаттығулар-упражнения с мячом, бірінші (екінші) тізбек - первая (вторая) колонна, допталсебетесалыңдар - положите мяч в корзину, допталжаттығу - упражнения с мячом.*	7.02

Scanner App Lite

II неделя «Дикие звери»	64	учить выполнять перекат ступни с пятки на носок, сохранять равновесие при ходьбе по ребристой доске (профилактика плоскостопия), закреплять умение ползать между предметами лестницы, стоящей боком на полу, не задевая их, быстро менять направление влево - вправо во время ползания; упражнять в прыжках на двух ногах по ограниченной площади; развивать ловкость, координационные способности; воспитывать патриотизм, продолжать формировать социальную компетентность. *Жаз - жылдам шапалақ; жүгіру - бег; ұрт сілкіну, бір тізбектеп жүру - шеренга по одному; шаңқан ұдыры сабақтасқыр-постоянно ко мне, ұрмысты таит - найди весело*	9.02
	65	учить бегать в быстром темпе, делая широкие шаги, сочетать движения рук с шагом беговых шагов, закреплять умение выполнять перекат ступни с пятки на носок, сохранять устойчивое равновесие (профилактика плоскостопия, укрепление свода стопы); упражнять в катании обруча; развивать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми, соблюдать последовательность выполнения движений; воспитывать выдержку, организованность. *жылдамжүгіріс - быстрый бег; қолды алға созу - руки вперед, қолды жоғары көтеру - руки вверх, қолдыныкіндіқо - руки к плечам, қолды желкеге қою - руки за голову; аяқтың ұшымен жүру - ходьба на носках, құстар -птицы.*	10.02
	66	закреплять умение ползать под препятствием на низких, средних, высоких четвереньках, не задевая препятствие; развивать меткость, ловкость, согласованность движения рук; упражнять в катании обруча; развивать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми, соблюдать последовательность выполнения движений; воспитывать выдержку, организованность. *жылдамжүгіріс - быстрый бег; қолды алға созу - руки вперед, қолды жоғары көтеру - руки вверх, қолдыныкіндіқо - руки к плечам, қолды желкеге қою - руки за голову; аяқтың ұшымен жүру - ходьба на носках.*	14.02

Scanner App Lite

III неделя «Домашние животные и птицы»	67	учить прыгать на двух ногах из обруча в обруч, согласовывать движение рук вниз-вперед с энергичным толчком ног, учить мягко приземляться на носки полусогнутых ног; закреплять умение чередовать ходьбу и бег, умение правильно держать корпус при беге в быстром темпе; слегка наклонять туловище по ходу движения, не напрягать плечи, смотреть вперед, упражнять в бросании мяча вдаль, совершенствовать умение придавать полету мяча правильную траекторию (вперед-вверх) энергичным выпрямлением согнутых рук; развивать социальную компетентность; воспитывать патриотизм, привычку к здоровому образу жизни. *бір-екеуден жүру - ходьба в колонне по одному; қолды алысу - руки вперед; қолды жоғары көтеру - руки вверх; қолдарды көк - руки к плечам; қолдарды екі жаққа жіберу - руки в стороны; демалу; демиграту - вдох-выдох; шеңберлеп шеңберге секіру-прыжки из круга в круг; умтылу - стараться*	16.02
	68	учить бросать мяч вдаль двумя руками из-за головы положении сидя, 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; продолжать формировать социальную компетентность; воспитывать ценностное отношение к семье. *мг - тыныс. гимнастикалық жаттығулар с гимнастики, дем алу, дем шығару - вдох-выдох; шеңберлеп шеңберге секіріп-тар - прыжки из круга в круг; мен қайратпынын (шыдамын, күштімін) - я сильный.*	17.02
	69	закреплять умение последовательно перепрыгивать из обруча в обруч, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоняя корпус вперед; совершенствовать бросать мяч вдаль двумя руками из-за головы положении сидя, придавать силу броску энергичным выпрямлением согнутых рук; развивать быстроту, силу, глазомер; продолжать формировать социальную компетентность. *гимнастикалық жаттығулар с гимнастики, дем алу, дем шығару - вдох-выдох; шеңберлеп шеңберге секіріп-тар - прыжки из круга в круг; қолды алысу - руки вперед; қолды жоғары көтеру - руки вверх; қолдарды көк - руки к плечам; қолдарды екі жаққа жіберу - руки в стороны.*	21.02

Scanner App Lite

IVнеделя **«Мир морей и океанов»**	70	продолжать учить выполнять правильный хват перекладины (кисти сверху, большой снизу), лазить по гимнастической стенке вверх чередующимся шагом, согласовывать движения рук и ног; закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать подаче мяча правильную траекторию вперёд-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук; продолжать обогащать двигательный опыт детей посредством игровых упражнений; развивать ловкость, ориентировку в пространстве, ритмичность и выразительность движений; воспитывать доброжелательность, позитивное восприятие окружающего мира. *майыны - обгонит, қолдар белде -руки на поясе, сонау жүгіру - бег вперед, артқа жүгіру- бег назад, доптағойнайды - играем с мячом*	23.02
	71	учить сохранять равновесие, перешагивать через рейки лестницы высоко поднимая колени, сохраняя ровную осанку; закреплять умение лазить по гимнастической стенке вверх и вниз чередующимся шагом, согласовывать движения рук и ног; упражнять в бросании мяча вдаль из-за головы в положении «малдас»; развивать силу броска, умение выполнять энергичное выпрямление рук; продолжать развивать ориентировку в пространстве, общую выносливость, ритмичность и выразительность движений, умение согласовывать свои движения с движениями других детей; воспитывать любознательность, желание путешествовать. *жұбыңды тап - найди пару, кренделенжүгіру- бег «змейкой», доптыатыңдар лаптыңқолдар - бросайте мяч далеко, доптың артынан жүгіріңдер - бегите за мячом, саяхат - путешествие*	24.02
	72	закреплять умение лазить по гимнастической стенке вверх и вниз чередующимся шагом, согласовывать движения рук и ног; упражнять в бросании мяча вдаль из-за головы в положении «малдас»; развивать силу броска, умение выполнять энергичное выпрямление рук; продолжать развивать ориентировку в пространстве, общую выносливость, ритмичность и выразительность движений, умение согласовывать свои движения с движениями других детей; воспитывать любознательность, желание путешествовать. *саяхат – путешествие, майыны - обгонит, қолдар белде -руки на поясе, сонау жүгіру - бег вперед, оңға жүгіру- бег вправо*	28.02

Scanner App Lite

Солнышко тобында оқу - іс әрекетін ұйымдастыруға арналған болжамалы жұмыс жоспары
Білім беру саласы «Денсаулық» Білім «Дене шынықтыру»
Перспективный план организованной учебной деятельности для средней группы
Образовательная область «Здоровье» Раздел «Физическая культура»
Наурыз/ Март
Тақырып/Тема «Пробуждения природы»

Нелсі/Тема	№	Цель	Дата
Індея «Красавица весна!»	73	Учить выполнять приставной шаг вправо , без заметного сгибания ног в коленях, держать спину и голову прямо. Закреплять умение ритмично перешагивать через рейки приподнятой лестницы, высоко поднимать колени и ставить ноги энергичным движением на носок , держать корпус прямо, сохранять устойчивое равновесие. Упражнять в ходьбе между пересадками лестницы, стоящей боком на полу. «Кто соберёт больше лент?»Умение выполнять энергичный толчок в прыжке с 3 шагов. *ірі сөздрмен - пожелания, бір тізбектен жүру - ходьба в колонне по одному, баяулатып - без медленный, оңға қадам - шаг вправо, таста, тастаңдар - лента, ленты, таспаны кім көбірек жинайды? - Кто соберет больше лент?*	2.03
	74	Учить активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки. Закреплять умение ритмично выполнять приставной шаг влево , без заметного сгибания ног в коленях, не поворачивать плечи. Упражнять в беге «змейкой», совершенствовать умение менять направление бега между предметами. *достар - друзья, достарыменбеленгенай-ыз - играем с друзьями, толдыбелге - руки на поясе, ең епті кім - кто самый ловкий, ұста - ловлер (таста) - лови - бросай.*	3.03
	75	Закреплять умение ритмично выполнять приставной шаг влево\ вправо , без заметного сгибания ног в коленях, не поворачивать плечи. Упражнять активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки *бір тізбектен жүру - ходьба в колонне по одному, баяулатып - бег медленный, оңға қадам - шаг вправо.*	7.03

Scanner App Lite

II неделя **«Первые весенние птицы»**	76	Учить перебрасывать мяч через сетку, натянутый на высоте поднятой руки, стоя, на расстоянии 2 м.Закреплять умение сохранять равновесие, после скрещивания от коленей, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед. *жумар - ловь, допты жолары кетеру - мяч вверх, бет кеуде туралы - мяч перед собой твердо, ең мықты -самые быстрые, ең күшті - самые сильные.*	9.03
	77	Учить переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо и перехватывая руки с перекладины на перекладину, в горизонтальном направлении. Закреплять умение энергично перебрасывать мяч через сетку, натянутую на высоте поднятой руки, стоя на расстоянии 2 м, направлять мяч вперед- вверх. *бір, екі, үш - қайталаңыз - раз, два, три -повторим, шалқыт жүру - хождение «крокодилом», жан-жақты шалқыт жүгіру - бег «крокодилом», доптың тарлы жолмен - бросание мяча через сетку, доптың ұрлығын жүгіру - бегите за мячом, шеберлік ойындары -игры в круг, бос орын - пустое место.*	10.03
	78	Закреплять умение энергично перебрасывать мяч через сетку, натянутую на высоте поднятой руки, направлять мяч вперед- вверх. Совершенствовать лазание по гимн. стенке, выполняя переход с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо и перехватывая руки с перекладины на перекладину, в горизонтальном направлении. *бір, екі, үш - қайталаңыз - раз, два, три -повторим, доптың тарлы жолмен - бросание мяча через сетку, доптың ұрлығын жүгіру - бегите за мячом.*	14.03
III неделя **«Растения вокруг нас»**	79	Учить сохранять устойчивое равновесие, расходиться вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Закреплять умение переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо, перехватывать руками лестницы перекладины в горизонтальном направлении. Упражнять в прыжках в глубину с высоты 20 см. *ұяс жыры - ағаштың жыры, шеберлік жүгіру - хождение по кругу, шеберлік жүгіру - бег по кругу, тоқтаңыз - остановиться, отыру - становиться, сөзге - назовем, орын - место.*	16.03

Scanner App Lite

	80	Учить выполнять приставной шаг вперед в сочетании с легкими ритмичными поскоками. Закреплять умение расходиться вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон; согласовывать свои действия с действиями другого ребенка.Упражнять в катании фитболов, в отталкивании его энергичным движением рук. *жақсы көңіл күй - хорошее настроение, шеңберге тұрыңдар - встаньте в круг, қасқыр қойын - катаем для волка*	17.03
	81	Упражнять детей выполнять приставной шаг вперед в сочетании с легкими ритмичными поскоками. Закреплять умение расходиться вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон; согласовывать свои действия с действиями другого ребенка.Упражнять в катании фитболов, в отталкивании его энергичным движением рук. *жақсы көңіл күй - хорошее настроение, шеңберге тұрыңдар - встаньте в круг, қасқыр қойын - катаем для волка*	24.03
IV неделя «Весенняя пора!»	82	Учить энергично отталкиваться от поверхности скамейки и мягко приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании. Закреплять умение выносить вперед одну ногу и приставлять к ней другую, не поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь, выполнять плавные приседания в чередовании с приставным шагом. Упражнять в перешагивании через рейки приподнятой лестницы, с высоким подниманием колен и сохранением ровной осанки. *мысық - кошка, тышқан -- мышка, шеңберге тұрыңдар - встаньте в круг, жылдамдықтар - быстрые ноги, фигура жаса - сделай фигуру.*	28.03
	83	Учить принимать правильное исходное положение, метать мяч вперед-вверх-вдаль энергичным выпрямлением руки. Закреплять умение сохранять равновесие после спрыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед. *спящая принцесса- волшебная скамейка, шелпедет жүру - ходьба змейкой, шелпедет жүгіру - бег змейкой*	30.03
	84	Упражнять принимать правильное исходное положение, метать мяч, мешочки в вертикальную, горизонтальную цель энергичным выпрямлением руки, развивать силу броска, умение выполнять энергичное выпрямление рук. *ең епті ізі - кто самый ловкий, шелпедет жүру - ходьба змейкой, шелпедет жүгіру - бег змейкой*	31.03

Scanner App Lite

Солнышко тобылын оқу - іс әрекетін ұйымдастыруға арналған болжамалы жұмыс жоспары
Білім беру саласы «Денсаулық» Бөлім «Дене шынықтыру»
Перспективный план организованной учебной деятельности для средней группы
Образовательная область «Здоровье» Раздел «Физическая культура»
Сәуір/ Апрель
Тақырып/Тема «Планета Земли»

Недели/Тема	№	Цель	Дата
I неделя «Труд людей на земле»	85	Учить координировать движения рук и ног при метании по наклонной доске вверх. Закреплять умение активно выносить руку над плечом вперед-вверх и придавать силу броску при метании вдаль. Упражнять в последовательном перепрыгивании из обруча в обруч, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и мягко приземляясь на полусогнутые ноги. *тай - бегом, шырмалы бұрылып жүгіреміз - упражнения с шнурами, шеберлен-шеберлер секірмдер - прыжки из круга в круг, орнынды тап - найди место, шеберлер тұрыңдар -встаньте в круг.*	4.04
	86	Учить сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, расходиться вдвоём на скамейке, начиная идти с двух сторон. Закреплять умение держаться за края наклонной доски (4пальца внизу, большой сверху), сохранять спину ровной, смотреть вперед. Упражнять в метании вдаль одной рукой мелких предметов, развивать силу броска. *сиқырлы доп - волшебный маленький мешочек, асықтарымен ойнаймыз - играем с асыками, жел ал, жел сонар -быстро возьми-быстро подвинь, асықты айналып жүру - ходьба вокруг асыка, асықты айналып жүгіру - бег вокруг асыка, алысқа лоқтыр - брось дальше, асықтардың арасынан жүгіру - бегите за асыками, орындықтың аяқстарынан - поскользнись мостами, орындықтың үстімен жүру - ходьба по скамейке.*	6.04
	87	Закреплять умение держаться за края наклонной доски (4пальца внизу, большой сверху), сохранять спину ровной, смотреть вперед. Упражнять в метании вдаль одной рукой мелких предметов, развивать силу броска. *сиқырлы доп - волшебный маленький мешочек, алысқа лоқтыр - брось дальше,*	7.04

Scanner App Lite

II неделя «Космос»	88	Продолжать учить бодро шагать через нос , бегать легко и ритмично, не поднимать высоко ноги, с естественным движением рук , не изменяя темпа бега. Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания: дойти до середины, развернуться и вернуться в исходную точку, согласовывать свои действия с действиями другого ребенка.Упражнять в перебрасывании мяча через сетку. Развивать умение, направлять мяч вперед- вверх энергичным движением рук. *адрасын - большой осколок, адрасынды тап - найти кружки, асыңдарын жаттығулар - упражнения с осколком, баяу жүгіру - бег медленный, асыңды бергін жібер - передай осколок*	11.04
	89	Учить последовательно перепрыгивать через3 предмета высотой 5см. Закреплять умение ставить ногу на носок, и выполнять ходьбу на пятках почти на прямых ногах, укрепление сводов стопы (профилактика плоскостопия). Упражнять в лазании по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо. (Эпрекладина) *ұшқышқар - космонавт, бір тізбекпен жүгіру - ходьба в колонне по одному, кім жылдам? - кто быстрый?*	13.04
	90	Упражнять детей выполнять подскоки прямым галопом, согласовывая движения ног. Научить сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, расходиться вдвоём на скамейке, начиная идти с двух сторон. Упражнять в последовательном перепрыгивании из обруча в обруч, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и мягко приземлясь на полусогнутые ноги. *бір тізбекпен жүгіру - ходьба в колонне по одному, кім жылдам? - кто быстрый?асыңдарын жаттығулар - упражнения с осколком, баяу жүгіру - бег медленный*	14.04
III неделя «Земля – наш общий дом»	91	Учить отбивать мяч о пол двумя руками, встречая мяч ладонью с разведенными пальцами, мягко давить на него сверху. Закреплять умение последовательно перепрыгивать через3 предмета, энергичного отталкиваясь и мягкого приземлясь на полусогнутые ноги *зымырын - ракета, жүлдыз - звезда, бір, екі, үш - ұшайық! - 1-2-3- полетели, жабық көзбен жүгіру - ходьба с закрытыми глазами, шашырап жүгіру - ходьба «врассыпную», қысқа адым -короткие шаги, кең адым - длинные шаги.*	18.04

Scanner App Lite

	92	Продолжать учить лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская перекладин, при спуске доходить до последней перекладины и спокойно сходить на пол. Закреплять умение отбивать мяч о пол двумя руками, не хлопать по мячу напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. *шуберде турыңдар - встаньте в круг, кол ушату - взяться за руки, кол ушасын шуберде бойымен жүру - ходьба по кругу, взявшись за руки*	20.04
	93	Учить детей отталкивать мяч о пол, согласовывать движения рук и ног, закрепить прыжки на фитболах, совершенствуя отталкивание двумя ногами. Воспитывать интерес к занятиям, здоровому образу жизни. *шуберде турыңдар - встаньте в круг, кол ушату - взяться за руки, кол ушасын шуберде бойымен жүру - ходьба по кругу, взявшись за руки*	21.04
IV неделя «Транспорт»	94	Учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, держать корпус прямо, не опускать голову вниз. Закреплять умение переходить с наклонной доски на гимнастическую стенку, приставным шагом влево, перехватывая руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении. Упражнять в последовательном перепрыгивании через 3 предмета, высотой 10см. *жолжүктер - сорепмалары, сол мүсін жүгіңдер -шалом марш, сол мүсін жүгіңдер - белсін марш, бостандық -лестница.*	25.04
	95	Учить выполнять приставной шаг назад в сочетании с кружением вокруг себя. Закреплять умение сохранять ровную осанку и устойчивое равновесие при перешагивании боком через предмет на повышенной опоре. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь энергичным движением рук. *орындық - скамейка, арқамен жүру -ходьба «змейкой», арқамен жүгіру - бег «змейкой», орындықтың үстімен жүру - ходьба по скамейке, қолдары белде - руки на поясе*	27.04
	96	Закреплять умение отбивать мяч о пол двумя руками, не хлопать по мячу напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. Развивая быстроту, ловкость, ориентацию в пространстве, выполнять бег врассыпную, затем находя своё место в кругу. *шуберемен жүру - ходьба по кругу.*	28.04

Scanner App Lite

«Сәулешка» тобының оқу – іс әрекетін ұйымдастыруға арналған болжамалы жұмыс жоспары
Білім беру саласы «Денсаулық» Бөлім «Дене шынықтыру»
Перспективный план организованной учебной деятельности для средней группы
Образовательная область «Здоровье» Раздел «Физическая культура»
Мамыр/ Май
Тақырып/Тема «Пусть всегда будет солнце»

Неделя/Тема	№	Цель	Дата
1 неделя «Народ – источник искусства»	97	Учить прыгать на месте на одной ноге, сохраняя равновесие и энергично выполняя толчок одной ногой. Закреплять умение отставлять назад одну ногу и приставлять к ней другую, не поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь, выполнять плавные приседания в чередовании с приставным шагом. Упражнять в лазании по гимнастической стенке чередующимся шагом, развивать выносливость. *кумырсқа - муравей, текшелер - кубики, текшелермен жаттығулар - упражнения с кубиками, бір аяқпен секіру - прыжки на одной ноге, оң аяқпен секіру - на правой ноге, сол аяқпен секіру- на левой ноге.*	2.05
	98	Учить отбивать мяч о пол одной рукой, плавными движениями кисти рук, регулируя силу удара по мячу. Закреплять умение прыгать на месте на одной ноге, не опускаться на всю стопу, выполнять толчок с опорой на носочки. Упражнять в ходьбе по скамейке, умении согласовывать свои действия с действиями другого. *сандық - сундук, текшелерге жол-тығулар- упражнения с кубиками, текшелерді сандыққа салыңдар -положите кубики в сундук, дабылдатыңда - слушай сигнал.*	4.05
	99	Упражнять детей отбивать мяч о пол одной рукой, плавными движениями кисти рук, регулируя силу удара по мячу. Закреплять умение прыгать на месте на одной ноге, не опускаться на всю стопу, выполнять толчок с опорой на носочки.	5.05
Неделя «На страже мира»	100	Учить лазать по наклонной лестнице (положенной на 3 перекладину гимнастической стенки), держась обычным хватом за перекладины, координируя движения рук и ног, переходить на гимнастическую стенку и спускаться с нее. Закреплять умение отбивать мяч о пол плавным движением кисти рук, не хлопать по нему напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. *спортшы - спортсмен, жаттығу -тренировка, доп - мяч, тізбекте бір-бірден бойымен жүру - ходьба в колонне по одному, доппен жаттығулар - упражнения с мячом, допты едеуге ұрып - отбивать мяч об пол, допты жерге соғу - отбивание мяча об пол.*	11.05

Scanner App Lite

	101	Учить сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну, держать корпус и голову прямо, легко сходить с бревна. Закреплять умение лазать по наклонной лесенке, положенной с большим углом наклона (на 4 перекладину гимнастической стенки), держась за боковые брусья хватом: 4пальца снизу, большой-сверху, перехватывать руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении.Упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой. *қолымыз сонда, - кулак с сохранен, допты жоғары - мяч вверх, допты алға - мяч вперед, сосы қадам - шаг влево, бөренемен жүру - ходьба по бревну, көзді жұму - закрыть глаза, көздерінді жабыңдар - закройте глаза*	17.05
	102	Упражнять детей сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну, держать корпус и голову прямо, легко сходить с бревна. Закреплять умение лазать по наклонной лесенке, положенной с большим углом наклона, перехватывать руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении.Упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой. *допты жоғары - мяч вверх, допты алға - мяч вперед, сосы қадам - шаг влево, бөренемен жүру - ходьба по бревну*	16.05
III неделя « Я и окружающий мир»	103	Учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого. Закреплять умение выполнять приставной шаг влево и вправо на бревне, сохраняя устойчивое равновесие и ровную осанку. Упражнять в метании вперед-кидать мелких предметов. *сумыршақ - кукла, доңқа - маленький мешочек, орамал - платок, Аңсұлмен бірге ойнайық - играем вместе с Аңсулу, бос болу - дружить, жұпқа жүгіру - бег парами, шеңберге тұрыңдар - встаньте в круг, орамалдармен жаттығулар - упражнение с платками, жыландар ат - перейдя ручей.*	18.05
	104	Учить вращать скакалку кистями в 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. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия. *секірпіш - скакалка, орамал - платок, орамалдармен жаттығулар - упражнения с платочками, 1,2,3 - өз түсіңді тап - 1,2,3- свой цвет найди, орамалдарды себетке жинаңдар - сложите платочки в корзину, көпіршектер - пузыри, көпіршектерді үрлеу - пузыри надуваются, көпіршектер жарылады - пузыри лопаются(сдуваются)*	19.05

Scanner App Lite

	105	Совершенствовать работы с мячом: бросания ловля с хлопком, ведение мяча, обливание о пол парами, и т.д. Упражнять детей в умении прыгать через препятствие и подлезание под препятствие в игре «Чехарда» *прыжок - плавок, Айсулуумен бірге ойнаймыз - играем вместе с Айсулу, дос болу - дружить, жуушан жүгіру - бег парами, шеңберге тұрыңдар - встаньте в круг.*	23.05
IV неделя «Здравствуй, лето!»	106	Учить метать мяч в горизонтальную цель энергичным выпрямлением руки, развивать глазомер.Закреплять умение выполнять ритмичные прыжки через короткую скакалку прыгая над ней немысоко, опускаться сначала на носки, потом на пятки. *бұрылыңдар жоғарыға - косичка вверх, бұрылыңдар алға - косичка вперед, бұрылыңдар сондыққа жетіңдер - сложите косички в сундук, солға-оңға - налево- направо.*	25.05
	107	Учить метать мяч в вертикальную цель энергичным выпрямлением руки, без остановки выполнять замах и бросок, развивать глазомер. Закреплять умение ползать на задних и коленях, контролировать свои действия, сохранять спину ровной. *сиқырлы кілт - волшебный ключик, шеңберге тұрыңдар - встаньте в круг, ашыңдар - откроем, жауынгерлер -солдаты, қапты арқаға қойыңдар - мешочек на спину (положить), тұсқұр асық отыз - пронесси не урони, қапты басқа қойыңдар - мешочек на голову, қапты басқа қойып жүру - ходьба с мешочком на голове.*	26.05
	108	Упражнять детей в метании мяча в горизонтальную цель энергичным выпрямлением руки, развивать глазомер, закрепить метание мяча в вертикальную цель энергичным выпрямлением руки, без остановки выполнять замах и бросок. *қапты арқаға қойыңдар - мешочек на спину (положить), тұсқұр асық отыз - пронесси не урони, қапты басқа қойыңдар - мешочек на голову, қапты басқа қойып жүру - ходьба с мешочком на голове.*	30.05

Scanner App Lite