

**Циклограмма организованной деятельности инструктора
по физической культуре на 2023-2024 учебный год**

Организации образования (детский сад /мини-центр/ предшкольный класс) _____

На какой период составлен план (указать дни недели, месяц, год): сентябрь, 2023-2024 учебный год

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		28.08.2023г.	29.08.2023г.	30.08.2023г.	31.08.2023г.	01.09.2023г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p>Поднимаем руки вверх, опускаем, снова поднимаем, опускаем вниз.</p> <p>1. Упражнение "Поднимаем и опускаем руки".</p> <p>Исходное положение – ноги на ширине плеч и руки опущены вдоль туловища.</p> <p>1–1 поднятие и опускание рук вверх, вниз; наблюдение за движением рук, вдох;</p> <p>1–2 выдох (повторить 3 раза);</p> <p>2. Упражнение "Соберем фрукты";</p> <p>Ноги на ширине плеч, руки на затылке.</p> <p>2–1 поднятие рук вверх, выпрямление тела, вдох;</p> <p>2–2 исходное положение, выдох (повторить 3 раза);</p> <p>3. Упражнение "Посмотри назад";</p> <p>Исходное положение - сидя по-турецки на земле, руки вдоль туловища.</p> <p>3–1 дети сидят по-турецки, спиной друг к другу, руки на затылке;</p> <p>3–2 дети произносят слова "вижу, вижу" и поворачиваются вправо поднимая правую ногу, вдох; дети произносят слова "вижу, вижу" и поворачиваются влево поднимая левую ногу, вдох (повторить 3 раза).</p>				

		Программа летних каникул		Программа летних каникул	Программа летних каникул	Дыхательная гимнастика Насоски Малыш ставит руки на пояс, слегка приседает – вдох, выпрямляется – выдох. Постепенно приседания становятся ниже, вдох и выдох длительнее. Повторить 3 – 4 раза
Подготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	Программа летних каникул		Программа летних каникул	Программа летних каникул	1. Группа раннего возраста «_____» Тема: "Куклы любят физкультуру". Цель: создать условия для комфортной двигательной

							активности детей, побуждать к действиям, направленным на совершенствование двигательных навыков; учить детей начинать ходьбу по сигналу педагога, развивать равновесие, ходить по ограниченной поверхности (между двух линий).
							3. Средняя группа «_____» Тема: "Кукла Даня учится ходить в строю" Цель: развивать умение ходить и бегать в колонне по одному, высоко поднимая

						колени; упражнять в прыжках с места на двух ногах с продвижением вперед; формировать навыки катания мяча в положении сидя; построения в круг.
4.	Старшая группа	«_____»	Тема:	"Построение в колонну".	Цель:	формировать навыки ходьбы в колонне по одному, в чертежовании с бегом; отрабатывать навыки перешагивания через кубики,

						<p>ходьбы по гимнастической скамейке. Учить по сигналу быстро строиться в круг, играть по правилам.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» Тема: "Ходьба по доске шагом" Цель: учить детей ходьбе по доске на носочках и пятках (тематика, соответственно выпавшая на праздничный день, проводится упрощенной игровой форме).</p>
Прогулка	11.10 - 12.10	Nabлюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей,				

		мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30		3. Ортаңғы топ «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
-----------	-------	-------------	---------	-------	---------	---------

		04.09.2023г.	05.09.2023г.	06.09.2023г.	07.09.2023г.	08.09.2023г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55		Подготовка к утренней гимнастики			
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45		<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p style="text-align: center;">"Общеразвивающие упражнения с цветами.</p> <p>1."Спрятали цветы". Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки за спиной. Выполнение: руки вперед, показать цветы, спрятать за спину, нет цветов. Повторить 3 раза. 2. «Покажи соседу цветы».</p> <p>Исходное положение: стоя ноги на ширине плеч, руки с цветами опущены внизу. Выполнение: повернуться в правую сторону, выпрямить руки, показать цветы, опустить руки вернуться в исходное положение. Повторить 3 раза.</p> <p>3. «Попрыгаем с цветами». Исходное положение: руки на поясе, ноги вместе. Выполнение: цветы положить на пол, прыгать около цветов (можно делать пружинки) раз- два – раз два, вот и кончилась игра.</p> <p style="text-align: center;">Ходьба за воспитателем по кругу."</p>			

		<p>(длина 2,5—3 м, ширина 25—30 см). - Подлезание (3-4 раза) под веревку (высота 40—45 см) на четвереньках. Доползти до шишки и вернуться обратно, смотреть вперед на шишку. Дети выполняют задание друг за другом (поточко).</p>	<p>сидя на коленях или на пятках, ноги вместе). Спина прямая. Поднимать руки вверх над головой с вдохом и опускать вниз, на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь при этом в туловище, будто гнется дерево.</p>	<p>величине предмета, умения держать мячи двумя руками, перекладывать.</p>	<p>весело мы идем! Раз, два, раз! Раз, два, раз! Песенку, песенку мы поем. А теперь бегом, бегом И по комнате кругом. Вот как быстро мы бежали И нисколько не устали! Вот как быстро мы бежали И устали — да, да, да!</p>
Предготовка к Од	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)			
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Занимаемся вместе с куклой Даной". Цель: создать условия для</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Птички" Цель: создать условия для комфортной двигательной активности детей; учить детей</p>	<p>2. Младшая группа «_____» "Ходим, топаем, не ленимся". Задачи: научить детей ходить по гимнастической доске без помощи взрослого; учить сохранять</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Кошка" Цель: учить детей начинать ходьбу по сигналу, учить ходить и бегать, меняя направление на определенный</p>

		<p>комфортной двигательной активности детей, побуждать к действиям, направленным на совершенствование двигательных навыков; закреплять умения детей ходить по сигналу педагога, развивать равновесие - ходить по ограниченной поверхности (между двух линий).</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Встанем в строй вместе с куклой Даной". Задачи: учить детей вставать в строй вместе с куклой Даной и показать технику</p>	<p>начинать ходьбу по сигналу педагога, развивать равновесие - ходить по ограниченной поверхности (между двух линий), развивать координацию движений, ловкость; учить ходить по дорожке, сопоставляя следы со ступней, воспитывать интерес к подвижным играм.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Идем по ровненькой дорожке". Задачи: создать условия для комфортной двигательной активности детей, побуждать к движениям, действиям, направленным на совершенствование двигательных навыков; учить детей ходить по гимнастической доске; развивать</p>	<p>равновесие; развивать у детей ловкость и скорость; развивать мышцы тела, рук и ног; тренировать характер; объединять упражнения с Аланом; воспитывать любовь к физической культуре.</p>	<p>сигнал, развивать умение ползать, закреплять умение ходить по ограниченной поверхности, воспитывать доброжелательные и доверительные отношения между детьми и педагогом.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "В круг вместе с Колобком" Цель: формировать навыки построения в круг и техники прыжка в длину с места; навыки катания мяча с расстояния 1.5-2 метра в положении сидя, в ворота. Развивать физические качества: ловкость, быстроту, координацию, способствующие укреплению здоровья.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "В колонну по одному" Цель: формировать</p>
--	--	---	--	--	--

		<p>выполнения, развивать навыки гибкости; воспитывать детей соблюдению порядка и уважательного отношения друг к другу.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Мы красиво идем в строю" Цель: развивать навыки свободной ходьбы в колонне по одному, друг за другом, с высоким подниманием колен, соблюдая интервал; умение слушать команду и двигаться по сигналу; навыков катания мячей друг другу.</p>	<p>умение ориентироваться в пространстве; воспитывать умение внимательно слушать текст и выполнять движения в соответствии с содержанием.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Смирно в строю!" Цель: формировать навыки свободной ходьбы в колонне по одному, друг за другом, с высоким подниманием колен, соблюдая интервал; закрепить навыки прыжков на двух ногах, с продвижением вперед 2-3 метра; навыки катания мячей друг другу в положении сидя.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Наши друзья". Цель: учить детей навыкам бросанию мяча вверх и ловли его двумя руками; навыкам катания</p>	<p>навыки построения в колонну по одному; навыкам ходьбы в колонне по одному, в чередовании с движениями пингвина.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Строение человеческого тела. Закрепление-2". Цель: развивать представление о строении тела человека, его особенностях.; закреплять навыки бега в колонне по одному, навыки бросания мяча от груди, совершенствовать физические качества, развивать организованность, коммуникативные навыки.</p>
--	--	---	--	--

		<p>4. Старшая группа «_____» "Дружные ребята" Формировать навыки ходьбы в колонне по одному; навыки катания мячей между предметами; навыки обычного бега.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Бросаем мяч быстро" Цель: продолжать учить детей бегу в один ряд, бросать мяч быстро.</p>	<p>мяча между предметами.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Паровоз мчится вперед" Цель: развивать навыки метания мяча двумя руками от груди друг к другу через спортивные игры.</p>		
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.			
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.			

Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.					
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.					

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		11.09.2023г.	12.09.2023г.	13.09.2023г.	14.09.2023г.	15.09.2023г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ "Общеразвивающие упражнения" <ol style="list-style-type: none"> Исходная позиция — ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. Руки вынести вперед, вернуться в исходное положение (4—5 раз). Исходная позиция — ноги на ширине плеч, руки на поясе. Наклон вперед, руки вниз, коснуться колен; вернуться в исходное положение (5 раз). 				

		<p>3. Исходная позиция — ноги на ширине ступни, руки за спиной. Присесть, руки вынести вперед, вернуться в исходное положение (4—5 раз).</p> <p>4. Исходная позиция — ноги врозь, руки на поясе. Наклон вправо (влево), выпрямиться, вернуться в исходное положение (по 3 раза в каждую сторону).</p> <p>5. Исходная позиция — ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища. Прыжки на двух ногах на месте на счет 1—8. Повторить 2 раза."</p>			
	<p>Основные виды движений. Катание мяча в воротцах. Расставить 2—3 дуги и на расстоянии 80—100 см отметить место, с которого дети будут прокатывать мяч. Одновременно выполняют задание 2—3 детей, каждый прокатывает мяч 3—4 раза. Лазание по гимнастической стенке. Учить детей выполнять</p>	<p>Подвижная игра "Курочка и цыплята". Цель: закреплять умение ориентироваться в пространстве; развивать ловкость; воспитывать выдержку, внимание, умение реагировать на сигнал; создать положительно-эмоциональный настрой детей; вызвать интерес к физическим упражнениям.</p>	<p>Дыхательная гимнастика «В лесу» Цель: формировать правильное речевое дыхание. Представьте, что вы заблудились в густом лесу. Сделав вдох, на выдохе произнесите "ay". Меняйте интонацию и громкость и поворачивайтесь то влево, то вправо. Повторите с ребенком пять-</p>	<p>Подвижная игра "Поезд тальго". Цель: развивать умения детей двигаться в колонне по одному с изменением направления; воспитывать дружелюбие.</p>	<p>Эстафета «Пограничник». Цель: развивать умение детей подлезать под дугу; быть осторожным и внимательным; приучать их действовать по сигналу, не толкать других детей, помогать им.</p>

		упражнение по одному самостоятельно 1 —2 раза.		шесть раз.		
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "Собачка" Цель: учить детей начинать ходьбу по сигналу, учить ходить и бегать, меняя направление на определенный сигнал, развивать умение ползать, закреплять умение ходить по ограниченной поверхности, воспитывать доброжелательные и доверительные отношения между детьми и	1. Группа раннего возраста «_____» "Учим физкультуре куклу Машу и Катю". Цель: учить детей соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание.	2. Младшая группа «_____» "Со зверятами в кругу". Задачи: учить детей создавать круг, с помощью навыка создания круга прививать самостоятельность и гибкость движений, воспитывать уважительное отношение друг к другу.	1. Группа раннего возраста «_____» "У нас в гостях Лесовичок-старичок". Цель: закрепить умение детей соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, формировать умение бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание.	3. Средняя группа «_____»

		<p>педагогом.</p> <p>2. Младшая группа «_____»</p> <p>"Встанем дружно с Мишкой в круг".</p> <p>Задачи:</p> <p>повышение способности детей стоять в кругу; обучение правильному выполнению физических упражнений;</p> <p>развитие ловкости и эмоционального настроения;</p> <p>развитие у детей самостоятельности и скоростных навыков, стоя в кругу;</p> <p>налаживание дружеских отношений, стоя в кругу и делая</p>	<p>"Построим круг".</p> <p>Задачи: учить детей ходить по кругу, взявшись за руки; стоять в кругу; обучать правильному выполнению физических упражнений;</p> <p>предоставить информацию о технике стояния в кругу; упражнять в ползании на четвереньках, переступать через препятствия;</p> <p>развивать ловкость, самостоятельность.</p> <p>3. Средняя группа «_____»</p> <p>"Наш веселый круг"</p> <p>Цель: закрепить</p>	<p>"Неуклюжий медвежонок"</p> <p>Цель:</p> <p>формировать навыки ходьбы в колонне по одному, не натыкаясь друг на друга, на носках; развивать навыки самостоятельного становления в строй, навыкам ходьбы по наклонной доске и умению ползать в прямом направлении.</p> <p>4. Старшая группа «_____»</p> <p>"Прыжки с места, вверх"</p> <p>Цель: продолжать формировать навыки построения в колонну по</p>
--	--	---	--	--

		<p>упражнения; научиться правильно повторять движение.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Построение в круг" Цель: развивать навыки построения в круг и свободной ходьбы с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом, с высоким подниманием колен; в колонне по одному, друг за другом, на носочках, соблюдая</p>	<p>навыки прыжка в длину; катания мяча в ворота; во время подвижной игры закрепить навык метания в горизонтальную цель; развивать физические качества: ловкость, быстроту.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Виды ходьбы в строю". Цель: продолжать развивать навыки ходьбы в колонне по одному, в чередовании с бегом; навыки ползания по скамейке.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Ходьба по канату переменным шагом". Цель: учить детей ходить переменным шагом по канату.</p>	
--	--	--	--	--

		<p>интервал.</p> <p>4. Старшая группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Стройся, не отставай".</p> <p>Цель: формировать навыки ходьбы в колонне по одному, в чередовании с бегом;навыки ползания на четвереньках по прямой.</p> <p>5. Предшкольная группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Ходьба на четвереньках, толкание мяча головой"</p> <p>Цель: учить толкать мяч головой, двигаясь на четвереньках.</p>	<p>«_____»</p> <p>"Спорт - красота жизни".</p> <p>Цель: развивать у детей навыки метания мяча двумя руками вверх, над веревкой.</p>	
--	--	--	---	--

Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.					
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.					
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.					
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	
		2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.					

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		18.09.2023г.	19.09.2023г.	20.09.2023г.	21.09.2023г.	22.09.2023г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p style="text-align: center;">"Общеразвивающие упражнения с веревкой.</p> <p style="text-align: center;">1. «Покажи веревку»</p> <p style="text-align: center;">Исходное положение: основная стойка, веревка в руках.</p> <p style="text-align: center;">1 - поднять веревку вверх.</p> <p style="text-align: center;">2 - Исходное положение, повторить 3 раза.</p> <p style="text-align: center;">2. «Вместе наклонились»</p> <p style="text-align: center;">Исходное положение: ноги на ширине плеч, веревка у груди, в руках.</p> <p style="text-align: center;">1 - наклониться вниз.</p> <p style="text-align: center;">2 - Исходное положение, повторить 3 раза.</p> <p style="text-align: center;">3. «Дружные ножки»</p> <p style="text-align: center;">Исходное положение: сидя на полу ногами в круг, веревка под ногами, руки в упоре сзади.</p>				

1 - согнуть ноги в коленях.

2 - Исходное положение, повторить 3 раза.

4. «Жучки»

Исходное положение- лежа на спине.

Первое упражнение

Вы веревочку возьмите.

Дружно вместе поднимите.

Вверх, вниз,

Вверх, вниз.

Второе упражнение

Дружно будем приседать

И веревку опускать.

Дружно встали, кулаки к себе прижали.

Сели, встали (повторить 3 раза).

Третье упражнение

А сейчас все сядем на пол.

Ножки вытянем вот так.

А теперь согнем в коленях.

Снова вытянем вперед (повторить 2 раза).

Четвертое упражнение

А теперь на спину ляжем,

Дружно ножками помашем.

Вот так, вот так.

А теперь все встанем дружно.

Мы веревку уберем,

На полянку мы пойдем."

Основные виды

Подвижная игра

Дыхательная

Подвижная игра

Мы погреемся

		движений. Игровое упражнение «Выбираем лучшие зёрна для муки». Ходьба в колонне по одному. Ходьба по прямой линии, руки на пояс. Игровое упражнение «Прокати мяч» (прокатывание мяча двумя руками педагогу). Прокатывание мяча. Дети садятся на ковер рядом друг с другом. На некотором расстоянии от них садится педагог. Каждый ребенок прокатывает мяч 2-3 раза.	"Кто больше соберет мячей?". Цель: продолжать формировать умение быстро ориентироваться в пространстве, развивать ловкость рук; учить соблюдать правила игры.	гимнастика «Волна» Цель: тренировать силу вдоха и выдоха. ИП: лежа на полу, ноги вместе, руки по швам. На вдохе руки поднимаются над головой, касаясь пола, на выдохе медленно возвращаются в исходное положение. Одновременно с выдохом ребенок говорит "Вни-и-из". После освоения ребенком этого упражнения проговаривание отменяется.	«Зайчики и лисичка». Цель: развивать навыки слушания текста, выполнения движений с соответствием с текстом; отрабатывать умения подпрыгивать, хлопать в ладоши, убегать, услышав последние слова текста; доставить детям радость.	немножко, Мы похлопаем в ладошки: Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп! (Дети стоят в кругу и хлопают в ладоши) Ножки мы погреем, Мы потопаем скорее: Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп! (Стоя в кругу, дети топают попеременно то одной, то другой ногой) Рукавицы мы надели, Не боимся мы метели: Прыг, прыг, прыг, прыг! (Дети прыгают на двух ногах) Мы с морозом
--	--	--	---	---	---	--

						подружились, Как снежинки, закружились: Да, да, да, да! (Дети кружатся и "разлетаются" в разные стороны)
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "В гостях у Старичка – лесовичка" Цель: закреплять умения детей ходить по ограниченной поверхности; учить подлезать под веревку и бросать предмет на расстояние правой и левой рукой, развивать умение ходить и бегать	1. Группа раннего возраста «_____» "В гости к кукле Кате и собачке" Цель: развивать умение реагировать на сигнал; ходить и бегать врассыпную, бегать в определенном направлении, ползать на четвереньках и проползать под веревку, ходить по дорожке друг	2. Младшая группа «_____» "Раз, два, три .., побежали". Задачи: закрепить умение детей быстро бегать по кругу, а также умение выполнять движения в кругу; учить детей ходьбе по кругу взявшись за руки; совершенствовать навыки построения большого круга; развивать мышцы тела, рук и ног;	1. Группа раннего возраста «_____» "Ходим, топаем, не ленимся" Цель: научить детей ходить по гимнастической доске без помощи взрослого; учить сохранять равновесие; развивать у детей ловкость и скорость; развивать мышцы тела, рук и ног; воспитывать любовь к	

		<p>врассыпную, бегать в определенном направлении.</p> <p>2. Младшая группа «_____»</p> <p>"Побегаем вместе с зайками". Задачи: учить детей двигаться по кругу, не сталкиваясь друг с другом, укреплять мышцы ног стопы, развивать быстроту, ловкость, воспитывать любовь к природе, отзывчивость.</p> <p>3. Средняя группа «_____»</p> <p>"Ходьба на носках"</p>	<p>за другом, подниматься и спускаться с ящичка, бросать предмет на расстояние правой и левой рукой.</p> <p>2. Младшая группа «_____»</p> <p>"Двигаемся как зайки". Задачи: закрепить умение детей быстро бегать по кругу, а также умение выполнять движения в кругу; учить детей ходьбе по кругу взявшись за руки; совершенствовать навыки построения большого круга; развивать мышцы</p>	<p>рук и пальцев при создании круга; мотивировать правильно повторять двигательные упражнения; развивать ловкость,</p> <p>словарного запаса и эмоционального состояния;</p> <p>формировать основу дружеских отношений во время упражнений под руководством педагога, не мешая друг другу при беге по кругу.</p>	<p>физической культуре.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Солнечный Казахстан" Цель: учить детей ходить в строю друг за другом на носочках; учить навыкам самостоятельного становления в строй, построению в круг и перестроению; учить навыкам ходьбы по бревну; бросанию и ловле мяча.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Ходьба по бревну" Цель: продолжать</p>
--	--	--	--	---	---

		<p>Цель: развивать технику ходьбы по наклонной доске и ползания по заданному направлению; подвижность, координацию движений, умение реагировать на сигнал воспитателя.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Закаляйся".</p> <p>Цель: продолжать развивать навыки ходьбы в колонне по одному, в чередовании с бегом; учить детей катать обручи, развивать навыки ползания по горизонтальной скамейке.</p>	<p>рук и пальцев при создании круга; мотивировать правильно повторять двигательные упражнения; развивать ловкость, словарного запаса и эмоционального состояния; формировать основу дружеских отношений во время упражнений под руководством педагога, не мешая друг другу при беге по кругу.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Ходьба по наклонной доске"</p> <p>Цель: развивать навыки</p>	<p>формировать навыки построения в колонну по одному; навыки ходьбы в колонне по одному, в чередовании с другими движениями.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Органы чувств человека. Закрепление-8".</p> <p>Цель: развивать представления об органах чувств, их особенностях; закреплять навыки ползания на гимнастической скамейке на животе, навыки бега в парах;</p>
--	--	---	--	--

		<p>5. Предшкольная группа «_____»</p> <p>"Бросание мяча от пола вверх"</p> <p>Цель: учить отбрасывать мяч от пола вверх и бить двумя руками (4-5 раз).</p>	<p>построения в круг; ходьбы в колонне по одному не натыкаясь друг на друга, на носках; навыки бега в колонне по одному, друг за другом, соблюдая интервал; закрепить технику ходьбы по наклонной доске и ползания по заданному направлению.</p> <p>4. Старшая группа «_____»</p> <p>"Мы ловкие".</p> <p>Цель: развивать навыки ходьбы в колонне по одному, координация движения рук и ног, соблюдения</p>	<p>совершенствовать физические качества, развивать организованность, коммуникативные навыки.</p>
--	--	--	--	--

				правильной осанки; навыки бега на носочках.		
				5. Предшкольная группа «_____» "В строй становись!" Цель: обучение детей ползанию на гимнастической скамейке на животе; совершенствование навыков приема рапорта (рапорта).		
Прогулка	11.10 - 12.10	N	N	N	N	N
Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.						
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная	16.00 - 17.00	1. Группа раннего	3. Средняя группа	3. Средняя группа	4. Старшая группа	1. Группа раннего

программа		возраста «_____» 16.10 - 16.30	«_____» 16.10 - 16.30	«_____» 16.10 - 16.30	«_____» 16.10 - 16.30	возраста «_____» 16.10 - 16.30
		2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организацио нные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		25.09.2023г.	26.09.2023г.	27.09.2023г.	28.09.2023г.	29.09.2023г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя	08.00 - 08.45	КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ "Общиеразвивающие упражнения с флагками."				

гимнастика		<p>Упражнение ""Машем флажками"".</p> <p>1 – Исходное положение – основная стойка, руки опущены вдоль туловища.</p> <p>1.1. – развести руки в разные стороны, руки подняты вверх, громко произнести ""Машем флажками"", вдох.</p> <p>1.2. – руки опущены вниз, выдох (повторить 3 раза).</p> <p>2. Исходное положение – ноги на ширине плеч, руки опущены вниз</p> <p>2.1. – наклон головой вправо, развести руки в разные стороны, размахивать флагами.</p> <p>2.2. – исходное положение.</p> <p>2.3. – наклон головой влево, опустить руки вниз скользящим движением, поднять флаги вверх.</p> <p>2.4. – вернуться в исходное положение (повторить 3 раза).</p> <p>3. Исходное положение – стоя, ноги вместе, руки опущены вниз.</p> <p>3.1. – сесть на землю, руки вдоль туловища, размахивать флагами.</p> <p>3.2. – вернуться в исходное положение.</p> <p>3.3. – сесть на землю, руки впереди, размахивание флагами.</p> <p>3.4. – вернуться в исходное положение (повторить 3 раза)."</p>					
		<table border="1"> <tr> <td data-bbox="736 894 938 1352">Основные двигательные упражнения. 1) Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. 2) Катание мяча: сидя друг против друга, ноги врозь (на расстоянии</td><td data-bbox="938 894 1252 1352">Дыхательная гимнастика «Лягушонок» Цель: формировать правильное речевое дыхание. Расположите ноги вместе. Представьте, как лягушонок</td><td data-bbox="1252 894 1522 1352">Подвижная игра "Как прыгают лесные звери?" Цель: развивать умения прыгать на двух ногах, имитируя животных.</td><td data-bbox="1522 894 1791 1352">Цель: развивать произвольное внимание. Описание. Движущиеся по кругу дети принимают позы в зависимости от команды ведущего. Один хлопок - принять</td><td data-bbox="1791 894 2047 1352">Подвижная игра "Полосатый мячик". Цель: закреплять у детей умение играть по правилам игры, упражнять в ловле мяча и беге.</td></tr> </table>	Основные двигательные упражнения. 1) Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. 2) Катание мяча: сидя друг против друга, ноги врозь (на расстоянии	Дыхательная гимнастика «Лягушонок» Цель: формировать правильное речевое дыхание. Расположите ноги вместе. Представьте, как лягушонок	Подвижная игра "Как прыгают лесные звери?" Цель: развивать умения прыгать на двух ногах, имитируя животных.	Цель: развивать произвольное внимание. Описание. Движущиеся по кругу дети принимают позы в зависимости от команды ведущего. Один хлопок - принять	Подвижная игра "Полосатый мячик". Цель: закреплять у детей умение играть по правилам игры, упражнять в ловле мяча и беге.
Основные двигательные упражнения. 1) Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. 2) Катание мяча: сидя друг против друга, ноги врозь (на расстоянии	Дыхательная гимнастика «Лягушонок» Цель: формировать правильное речевое дыхание. Расположите ноги вместе. Представьте, как лягушонок	Подвижная игра "Как прыгают лесные звери?" Цель: развивать умения прыгать на двух ногах, имитируя животных.	Цель: развивать произвольное внимание. Описание. Движущиеся по кругу дети принимают позы в зависимости от команды ведущего. Один хлопок - принять	Подвижная игра "Полосатый мячик". Цель: закреплять у детей умение играть по правилам игры, упражнять в ловле мяча и беге.			

		<p>1.5-2м).</p> <p>Показ педагогом техники выполнения упражнения: 1-группа прыгает вперед, продвигаясь вперед на расстояние 2-3 м, 2-группа сидят друг против друга, ноги врозь, катают мяч с расстояния 1.5-2метра. По окончании меняются местами.</p>	<p>быстро и резко прыгает, и повторите его прыжки: слегка приседая, вдохнув, прыгните вперед. Приземлившись, "квакните". Повторите три-четыре раза.</p>	<p>позу "аиста" (стоять на одной ноге, руки в стороны); два хлопка - позу "лягушки" (присесть, пятки вместе, носки в стороны, руки между ногами на полу); три хлопка - возобновить ходьбу.</p> <p>Ход.</p> <p>Все играющие идут по кругу друг за другом, внимательно слушают команды водящего (педагога).</p> <p>Водящий хлопает в ладоши один раз, играющие останавливаются, принимают позу "аиста" (показ позы).</p>
--	--	---	---	--

					<p>Водящий хлопает в ладоши два раза, все останавливаются, принимают позу "лягушки" (показ).</p> <p>Водящий хлопает в ладоши два раза, все идут снова друг за другом по кругу.</p> <p>Во время игры водящий может хлопать в ладоши по в разной последовательности, играющий выполняют движения согласно правилам.</p>	
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00				Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)	
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "Поднимем вверх"		1. Группа раннего возраста «_____» "Мы спортивные"	2. Младшая группа «_____» "Обегаем кубики".	1. Группа раннего возраста «_____» "Лисичкины"

		<p>флажки"</p> <p>Цель: развивать умение ходить и бегать врассыпную, бегать в определенном направлении; продолжать учить ползать на четвереньках и проползать под веревку, ходить по дорожке друг за другом, подниматься и спускаться с ящичка, бросать предмет на расстояние правой и левой рукой.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Флаг Казахстана".</p>	<p>ребята"</p> <p>Цель: учить детей быстро и чётко реагировать на сигнал педагога при выполнении упражнений;</p> <p>упражнять в умении держать равновесие во время ходьбы по гимнастической доске,</p> <p>подниматься и спускаться с ящика,</p> <p>продолжать учить ползать на четвереньках и проползать под веревку, бросать предмет на дальность правой и левой рукой.</p> <p>2. Младшая группа «_____»</p>	<p>Задачи:</p> <p>отрабатывать умение выполнять беговые упражнения в прямом и круговом направлении (по ориентирам (кубики, кегли, погремушки и т. д.); упражнять в наблюдении и повторении беговых упражнений;</p> <p>развивать навыки быстроты, ловкости при беге в прямом и круговом направлении;</p> <p>создавать у детей положительный эмоциональный настрой;</p> <p>воспитывать дружеские</p>	<p>подарки"</p> <p>Цель: учить детей лазать по гимнастической стенке, развивать чувство равновесия, совершенствовать бег в определенном направлении, умение реагировать на сигнал, упражняться в умении бросать предмет в горизонтальную цель в определенном направлении.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Покатились яблоки"</p> <p>Цель: формировать навыки ходьбы в</p>
--	--	---	---	--	---

	<p>Задачи: учить детей бегать по прямой дорожке и вокруг предметов; формировать ловкость и быстроту движений, упражнять бегу рядом с кубиками не спотыкаясь.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Круглое как солнышко".</p> <p>Цель: развивать навыки построения в круг; ходьбы в колонне по одному, друг на друга,на носках; навыки бега в колонне по одному,друг за другом,соблюдая</p>	<p>"Поднимет вверх флаги".</p> <p>Задачи: учить детей выполнять беговые упражнения в прямом и круговом направлении (по ориентирам (кубики, кегли, погремушки и т. д.); упражнять в наблюдении и повторении упражнений по бегу; развивать навыки быстроты, ловкости при беге в прямом и круговом направлении;</p> <p>создавать у детей положительный эмоциональный настрой; воспитывать дружеские</p>	<p>отношения при выполнении упражнений.</p>	<p>колонне по одному, друг за другом на носках, пятках;учить навыкам самостоятельного становления в строй;построения в круг ; развивать навыки метания в горизонтальную цель с прыжками вверх;захватывание мяча двумя ногами,катание мяча сидя-стоя.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Перебрасывание мяча"</p> <p>Цель:</p> <p>формировать навыки ходьбы в колонне по одному, на носочках, на пятках; навыки</p>
--	---	--	---	---

		<p>интервал.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Препятствия на пути" Цель: продолжать формировать навыки бега на носочках; навыки прыжка на месте; развивать навыки бросания мяча друг другу снизу и ловле его.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Подлезание под веревку прямо и боком". Цель: учить ползать прямо и с боком под веревкой.</p>	<p>отношения при выполнении упражнений.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Ходьба по бревну" Цель: закрепить технику ходьбы по бревну; навыки бросания и ловле мяча.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Играя, проходим через препятствия" Цель: учить навыкам бега с высоким подниманием колен; развивать навыки ходьбы по гимнастической скамейке, навыки бросания мяча</p>	<p>построения; прыжки на месте с поворотами направо, налево; вверх с места с касанием предмета, подвешенного выше ребенка.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Ползание по гимнастической скамейке с опорой на локти и колени". Цель: упражнять детей в ползании по гимнастической скамейке с опорой на локти и колени; совершенствовать умение самостоятельно</p>
--	--	--	---	---

				друг другу снизу и ловле его. 5. Предшкольная группа «_____» "Давай, попробуем силы". Цель: упражнять в беге "змейкой" между предметами, поставленными в одну линию; в катании мяча между предметами.		стоять в строю.
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста	3. Средняя группа «_____»	3. Средняя группа «_____»	4. Старшая группа «_____»	1. Группа раннего возраста

		«_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	16.10 - 16.30 4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	«_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организацио нные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

**Циклограмма организованной деятельности инструктора
по физической культуре на 2023-2024 учебный год**

Организации образования (детский сад /мини-центр/ предшкольный класс) _____

На какой период составлен план (указать дни недели, месяц, год): октябрь, 2023-2024 учебный год

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		02.10.2023г.	03.10.2023г.	04.10.2023г.	05.10.2023г.	06.10.2023г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p style="text-align: center;">"Общиеразвивающие упражнения.</p> <p style="text-align: center;">1. Упражнение «Взлетаем как ласточки».</p> <p style="text-align: center;">Исходное положение – ноги на ширине плеч, руки опущены вниз.</p> <p style="text-align: center;">1 – ""Вытянем руки"" (медленно вытянуть и скрестить руки впереди).</p> <p style="text-align: center;">2 – ""Взмахнем крыльями как ласточка"" (медленно вытянуть и скрестить руки позади тела).</p> <p style="text-align: center;">3 – ""Взлетаем высоко, высоко"" (медленно вытянуть и скрестить руки над головой).</p> <p style="text-align: center;">4 – ""Приземляемся ниже и ниже"" (наклон вперед и встряхивание кистей рук по 3 раза).</p> <p style="text-align: center;">2. «Двигаемся как стрелки на часах».</p> <p style="text-align: center;">Исходное положение – ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль туловища.</p> <p style="text-align: center;">1 – ""Двигаемся как стрелки на часах"" (небольшой наклон вперед).</p> <p style="text-align: center;">2 – ""Летим направо"" (небольшой наклон направо).</p> <p style="text-align: center;">3 – ""Летим налево"" (небольшой наклон влево).</p> <p style="text-align: center;">4 – ""Летим, не устаем"" (непрерывные, небольшие наклоны телом в стороны).</p> <p style="text-align: center;">3. Упражнение «Танцуем ножками».</p> <p style="text-align: center;">Исходное положение – ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль туловища.</p>				

""Танцуем ножками"" (поочередное выставление пяток вперед). "				
Основные двигательные упражнения.	Дыхательная гимнастика «Подуй на одуванчик»	Малоподвижная игра "Пузырь". Цель: научить детей становиться	Дыхательная гимнастика "Ветерок". (физическое развитие, развитие речи, ознакомление с окружающим миром) Цель: побуждать к выполнению дыхательных упражнений, развивать умение подражать показу взрослого, вызывать чувство радости. Педагог призывает выполнить упражнение, подуть как ветер, показывает упражнение. Дует легкий ветерок — ф-ф-ф... Качает	Подвижная игра "Удочка". Цель: упражнять ориентировке в пространстве, прыжках, развивать реакцию, силу, ловкость. Дети должны не попадаться на крутящуюся удочку, вовремя перепрыгивать. Кто заденет "удочку", то выходит из игры.

					так листок — ф-ф-ф... (Выдох спокойный, ненапряженный) Дуст сильный ветерок — ф-ф-ф... И качает так листок — ф-ф-ф... (Активный выдох) Игры с игрушками-конструкторами (пирамиды), игрушками-вкладышами, игрушками-шнурковками. Цель: развивать восприятие, мелкую моторику рук.	
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "В гости к Мишке"		1. Группа раннего возраста «_____» "На солнечной полянке"	2. Младшая группа «_____» "Идем, высоко поднимая"	1. Группа раннего возраста «_____» "Попади в воротца"

	<p>Цель: учить детей ходить по ограниченной поверхности, ползать и катать мяч вместе с педагогом в игровой форме, упражнять в ходьбе, сохраняя равновесие, помогать преодолеть робость, способствовать развитию умений действовать по сигналу, вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в игровом занятии.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Торжественный"</p>	<p>Цель: учить детей катить мяч двумя руками педагогу, упражнять детей в ползании на четвереньках по прямой (на расстоянии 4 м), закреплять навыки детей в ходьбе и беге стайкой за воспитателем не наталкиваясь друг на друга.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Мы торжественно шагаем".</p> <p>Задачи: развивать у детей умение ходить с высоким подниманием колен; упражнять в ходьбе с</p>	<p>целин". Задачи: развивать у детей умение ходить с высоким подниманием колен; упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен; развивать скоростные способности детей; поднимать эмоциональный настрой; воспитывать у детей умение быстро овладевать скоростными способностями; воспитывать точность в выполнении физических упражнений.</p>	<p>Цель: учить детей катать мяч, упражнять в лазанье по гимнастической стенке, приучать соблюдать направление при катании мяча, учить дружно играть.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Мой веселый, звонкий мяч"</p> <p>Цель: развивать навыки метания в горизонтальную цель с прыжками вверх; закрепить навыки захватывания мяча двумя ногами, катания мяча сидя-стоя.</p> <p>4. Старшая группа</p>
--	---	---	---	--

		<p>марш".</p> <p>Задачи: учить детей шагать с высоко поднятыми коленями; учить ходить в такт торжественной маршевой музыки; развивать мышцы тела, рук, чувство ритма, внимание; развивать опрятность, положительные эмоции.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Мяч в кругу" Цель: развивать навыки ходьбы в колонне по одному, друг за другом на носках, пятках; учить навыкам</p>	<p>высоким подниманием колен; развивать скоростные способности детей; поднимать эмоциональный настрой; воспитывать у детей умение быстро овладевать скоростными способностями; воспитывать точность в выполнении физических упражнений.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Щедрая осень" Цель: продолжать формировать навыки ходьбы в колонне по одному, друг за</p>	<p>«_____» "Ходьба по ребристой доске" Цель: развивать навыки ходьбы в колонне по одному, на носочках, на пятках, навыки построения, ходьбы с изменением направления движения; навыки перешагивания предметов, ходьбы про ребристой доске.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Красота тела". Закрепление. Цель: формировать у детей элементарные</p>
--	--	---	---	--

		<p>самостоятельного становления в строй; построения в круг; развивать навыки метания в горизонтальную цель.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Осенние забавы". Цель: учить детей прыжкам на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); перешагиванию предметов, повороты с мешочком на голове.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Маленькие мячики".</p>	<p>другом на носках, пятках; учить навыкам самостоятельного построения в круг, и из круга в строй.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Игры осенью". Цель: формировать навыки бега мелким и широким шагом, навыки ползания по скамейке; навыки перешагивания предметов, повороты с мешочком на голове.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____»</p>	<p>знания о строении человеческого тела; закреплять навыки перестроения в несколько колонн, умения манипулировать с обручем, умение проходить в обруч одним боком; совершенствовать физические качества, развивать организованность, коммуникативные навыки; прививать осознанное отношение к своему здоровью.</p>
--	--	--	--	--

		<p>Цель: учить детей прыгать на двух ногах, зажимая мешочек между коленями; упражнять детей в беге "змейкой" между предметами, поставленными в одну линию; раскатывать мяч между предметами, поставленными в один ряд; перешагивать через предметы; совершенствовать навыки приема команды.</p>	<p>"Помоги друзьям". Цель: учить детей ходить в разных темпах; бегать перепрыгивая через предметы; прыгать между предметами на двух ногах (дистанция 4 м); развивать навыки катания мяча между предметами, поставленными в один ряд.</p>		
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.			
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.			
Работа по	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.			

самообразованию								
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.						

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		09.10.2023г.	10.10.2023г.	11.10.2023г.	12.10.2023г.	13.10.2023г.
Подготовка к утренней	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				

гимнастики					
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p align="center">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p align="center">"Общеобразовывающие упражнения «Птички».</p> <p align="center">1. «Птички машут крыльями»</p> <p align="center">И. П. : основная стойка.</p> <p align="center">Выполнение: поднять руки в стороны и опустить.</p> <p align="center">Повторение: 4-6 раз</p> <p align="center">2. «Птички клюют зернышки»</p> <p align="center">И. П. : основная стойка.</p> <p align="center">Выполнение: присесть, постучать несколько раз пальцами по коленям. Выпрямиться и поднять руки вверх.</p> <p align="center">Повторение: 4-6 раз</p> <p align="center">3. «Птички танцуют»</p> <p align="center">И. П. : основная стойка, руки на поясе.</p> <p align="center">Выполнение: делать пружинку.</p> <p align="center">Повторение: 4-6 раз</p> <p align="center">4. «Птички летают»</p> <p align="center">Ходьба за воспитателем.</p> <p align="center">В течении: 25-30 сек.</p> <p align="center">5. «Птички нюхают цветочки»</p> <p align="center">Упражнение на восстановление дыхания."</p>			
	Основные двигательные упражнения. 1). Прыжки вверх с касанием предмета головой	- Отдых наш — физкультминутка (шагать на месте), Занимай свои места: Шаг на месте	Динамическое упражнение "Солнце спит". Цель: закреплять умения согласовывать	Подвижная казахская народная игра "Бөрік-тепек". Цель: развивать у детей умение	"Слушай хлопки". Цель: развивать произвольное внимание. Описание.

		<p>на двух ногах, продвигаясь вперед на расстояние 2–3 метра.</p> <p>2). Ходьба по наклонной доске. Дети делятся на две группы, педагог показывает 1- группе прыжки вверх с касанием предмета (кегли) на двух ногах, продвигаясь вперед на расстояние 2–3 метра; 2 группе: хождение по наклонной доске. Группы поочередно выполняют упражнения.</p>	<p>левой, правой, Раз и два, раз и два!</p> <p>Прямо спину все держите,</p> <p>Раз и два, раз и два!</p> <p>И под ноги не смотрите,</p> <p>(движения руками в стороны, вверх, в стороны, вниз),</p> <p>Раз и два, раз и два!</p> <p>О чем поют воробушки,</p> <p>О чем поют воробушки (шагать на месте),</p> <p>В последний день зимы? (руки на пояс),</p> <p>Мы выжили! (хлопать в ладоши),</p> <p>Мы дожили! (прыжки на месте),</p>	<p>движения со словами; развивать слуховое внимание, восприятие, артикуляцию, память, речь.</p> <p>Солнце спит и небо спит,</p> <p>(Ладони к левой щеке, к правой щеке) Даже ветер не шумит.</p> <p>(Покачивание поднятыми вверх руками) Рано утром солнце встало, (Поднять руки вверх, потянуться) Все лучи свои послало.</p> <p>(Покачивание поднятыми вверх руками) Вдруг повеял ветерок,</p> <p>(Махи руками</p>	<p>бросают на дальность, развивать умение проявлять силу, ловкость, меткость, дружелюбие. Все участники игры становятся шеренгой (в один ряд) и по очереди бросают вперед малые мячи или мешочки</p> <p>(одинакового объема, веса).</p> <p>Бросивший ближе всех обязан собрать мячи (или мешочки) и раздать их остальным участникам. Кто трижды бросит мяч (или мешочек) дальше всех, выбывает из игры и считается</p>	<p>Движущиеся по кругу дети принимают позы в зависимости от команды ведущего. Один хлопок - принять позу "аиста" (стоять на одной ноге, руки в стороны); два хлопка - позу "лягушки" (присесть, пятки вместе, носки в стороны, руки между ногами на полу); три хлопка - возобновить ходьбу.</p> <p>Ход.</p> <p>Все играющие идут по кругу друг за другом, внимательно слушают команды водящего (педагога).</p>
--	--	---	---	--	--	--

		<p>Мы живы! Живы мы! (шагать на месте), Очень трудно так стоять Очень трудно так стоять, Ножку на пол не спускать И не падать, не качаться, За соседа не держаться. Стихотворение декламируется детьми два раза: первый раз дети стоят на одной ноге, второй раз — на другой.</p>	<p>вверх-вниз) Небо тучей заволок (Закрыть руками лицо) И деревья раскачал. (Покачивание туловища влево - вправо) Дождь по крышам застучал, (Прыжки на месте) Барабанит дождь по крыше (Хлопки в ладоши) Солнце клонится все ниже. (Наклоны вперед) Вот и спряталось за тучи, (Присесть) Ни один не виден лучик. (Встать, спрятать руки за спину)</p>	<p>первым победителем. В таком же порядке устанавливают второго и третьего победителя, и на этом заканчивают игру.</p>	<p>Водящий хлопает в ладоши один раз, играющие останавливаются, принимают позу "аиста" (показ позы). Водящий хлопает в ладоши два раза, все останавливаются, принимают позу "лягушки" (показ). Водящий хлопает в ладоши два раза, все идут снова друг за другом по кругу. Во время игры водящий может хлопать в ладоши по в разной последовательности, играющий выполняют движения согласно</p>
--	--	---	---	--	---

						правилам.
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "В осеннем лесу" Цель: закрепить умения детей ходить друг за другом между двумя параллельными линиями (длина – 2,5 м, ширина – 25 см) в прямом направлении; развивать основные виды движений; гибкость; ходьбу; основные группы мышц; воспитывать уверенность друг в друге.</p> <p>2. Младшая</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "По ровненькой дорожке, шагают наши ножки" Цель: учить детей ходить по прямой дорожке (ширина 25–30 сантиметров, длина 2–3 метра), перешагивать через палку, упражняться в ходьбе и ползании по ограниченной поверхности, катание мячей, собирание разных по размеру мячей и шариков, умение самостоятельно класть их в</p>	<p>2. Младшая группа «_____» "Двигаемся и не ленимся". Задачи: учить детей перешагивать через лесенку, поставленную на пол; совершенствуя технику перешагивания через лестницу, развивать мышцы туловища, ног, рук; развивать внимательность.</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Соберем зернышки для мышки" Цель: учить детей находить пару и выполнять простые движения в паре, двигаться в определенном направлении, упражняться в катании мяча, приучать внимательно слушать и ждать сигнала для начала движений.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Ценность хлеба" Цель: развивать</p>	

		<p>группа «_____»</p> <p>"Соберем урожай".</p> <p>Задачи: учить детей ползанию по прямой линии вдоль предметов; познакомить и способствовать освоению детьми техники ползания; развивать способность ползать между рядами предметов; создавать условия для эмоционального подъёма; развивать быстроту движений, выносливость; прививать навыки соблюдения правил техники</p>	<p>корзину (ящик), перелезании через бревно.</p> <p>2. Младшая группа «_____»</p> <p>"Передвигаемся как муравьишки".</p> <p>Задачи: закрепить умения детей выполнять основные виды движений (бег и ходьба между поставленными предметами); сформировать у детей желание к выполнению упражнений на ползание; учить преодолевать препятствия; развивать умение ползать между предметами; развивать</p>	<p>умение ходить в колонне по одному на носках, пятках.</p> <p>Формировать навыки ходьбы по бревну; бросании и ловле мяча; развивать навыки ходьбы в строю, построения в круг.</p> <p>4. Старшая группа «_____»</p> <p>"Катание мяча в ворота".</p> <p>Цель: продолжать формировать навыки построения в круг; навыки ходьбы по бревну, сохраняя равновесие; навыки катания мяча в ворота.</p>
--	--	--	---	---

		<p>безопасности и гигиены: воспитывать доверительное отношение к взрослому.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Волшебный подарок осени". Цель: формировать навыки ходьбы в колонне по одному, друг за другом на носках, пятках; развивать навыки метания в горизонтальную цель с прыжками вверх; ходьбы по наклонной доске.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Прыжки на двух ногах"</p>	<p>словарный запас и эмоциональный настрой детей; воспитывать у детей сообразительность; прививать соблюдение правил техники безопасности; укреплять здоровье детей с использованием общеразвивающих упражнений.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Капельки дождя" Цель: продолжать развивать технику метания в горизонтальную цель с прыжками вверх; закрепить навыки ходьбы по наклонной доске.</p>	<p>5. Предшкольная группа «_____» "Перепрыгивание через палки на двух ногах". Цель: учить детей прыгать по команде на двух ногах, спускаться на носочках, соблюдать координацию.</p>
--	--	--	---	--

		<p>Цель: формировать навыки прыжка на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); навыки метания в горизонтальную цель (с расстояния 2–2,5 метра) правой и левой рукой.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Прыжки на месте на двух ногах вокруг себя". Цель: учить детей совершать круговые прыжки на одном месте; приучать к ходьбе по наклонной доске.</p>	<p>4. Старшая группа «_____» "Лазанье по гимнастической стенке" Цель: развивать навыки ходьбы в колонне по одному, навыки бега мелким и широким шагом, лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Всадники". Цель: продолжать развивать у детей навыки прыжков на двух ногах; прыгать между предметами на двух ногах (</p>	
--	--	---	--	--

				расстояние 4 м).		
Прогулка	11.10 - 12.10	Nabлюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30 4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		16.10.2023г.	17.10.2023г.	18.10.2023г.	19.10.2023г.	20.10.2023г.

Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p style="text-align: center;">"Общеразвивающие упражнения с мячом.</p> <p>1. Исходное положение: ноги на ширине плеч, мяч в правой руке. 1–1 развести руки в стороны, удерживать мяч в руке. 1–2 вытянуть руки вперед, положить мяч в левую руку, развести руки в стороны, вернуться в исходное положение (3 раза).</p> <p>2. Исходное положение: ноги на ширине плеч, мяч на руках, вытянутых вперед. 2–1 сесть на землю, положить мяч перед собой. 2–2 вернуться в исходное положение. 2–3 сесть на землю, положить мяч перед собой. 2–4 вернуться в исходное положение (4раза).</p> <p>3. Исходное положение: ноги на ширине плеч, мяч на вытянутых вперед руках. 3–1 наклон вперед, положить мяч на землю. 3–2 вернуться в исходное положение. 3–3 наклон вперед, положить мяч на землю. 3–4 вернуться в исходное положение (3раза)."</p>				
		Основные двигательные упражнения. 1) Ходьба по наклонной доске. 2) Ползание в прямом направлени.	Малоподвижная казахская народная игра "Атыңды тап!" ("Кто назван твоим именем?") Цель: развивать детей внимание,	Динамическое упражнение "Часы" - Тик-так, тик-так! Все часы идут вот так: Тик-так (наклонить голову	Подвижная игра "Карусель". Цель: совершенствовать умение играть слаженно, вместе со сверстниками	Фонемо-ритмическая считалка. "Утро, день, вечер, ночь" Цель: закреплять представления о частях суток;

		<p>Делятся на две группы: 1-ая группа выполняет упражнение по наклонной доске высотой 20-30 см; 2- ая группа выполняет упражнение ползание в прямом направлении 4-6м. По окончании выполнения упражнений группы меняются местами.</p>	<p>умение по выражению лица, при невольном движении бровей, взгляде, жесте и т.п., угадывать того, кто назван именем водящего; развивать внимание, терпение, выдержку. Дети делятся на две группы. Первая команда остается на веранде, вторая отходит на другой конец площадки. После этого каждый игрок выбирает себе имя кого-либо из ушедших. Затем игроков с другого конца площадки по одному приглашают подойти. Каждый</p>	<p>то к одному, то к другому плечу), Смотри скорей, который час: Тик-так, тик-так, тик-так (раскачивайтесь в такт маятника), Налево - раз, направо - раз. Мы тоже можем так, (ноги вместе, руки на поясе. На счет "раз" голову наклоните к правому плечу, потом - к левому, как часики), Тик-так, тик-так.</p>	<p>поддерживать движущийся круг; развивать умение сохранять равновесие, координацию движений; развивать умение чувствовать изменения в движениях товарищей, регулировать скорость бега; воспитывать чувство слаженности, дружелюбие. Дети встают в круг, сначала идут по кругу, проговаривая слова из текста, затем увеличивают и снова уменьшают скорость бега, согласно темпу</p>	<p>развивать двигательные навыки, координацию, внимание, умения соотносить движения с словами из текста. Время не стоит, идет, (Покачивания указательным пальцем, марш на месте) Топ и топ, топ и топ, По часам в круговорот, (Руки на поясе, покачивания головой влево-вправо) Тик-так, тик-так. Утро, день, вечер, ночь. (Руки вверх, руки в стороны, руки вниз, руки в полочку перед собой) Утро, день,</p>
--	--	---	--	--	---	--

		<p>из них, основываясь на малейших признаках, к примеру, выражении лица, невольном движении бровей, взгляде, жесте, должен попытаться угадать, кто же назван его именем? При ошибке он после окончания игры будет "наказан" в шутливой форме при всех прочтет стихотворение или споет песню. В случае же удачи - будет слушать, как поют другие. Затем группы меняются местами. Вариант игры. Можно</p>	<p>слов: Еле - еле, еле - еле Закружились карусели, А потом, потом, потом Все бегом, бегом, бегом. Тише,тише, не спешите, Карусель остановите. Раз-два, раз-два! Вот и кончилась игра. Примечание: в кругу каждый ребенок стоит так, чтобы корпус тела был повернут вперед, голова направлена в круг, при этом каждый следит за динамикой движения и поддерживают форму круга в целом. Игра может</p>	<p>вечер, ночь. Время не стоит, идет: (Марш на месте) Утро, день, вечер, ночь. Утро, день, вечер, ночь. (Руки вверх, руки в стороны, руки вниз, руки в полочку перед собой) Утро, день, вечер, ночь. Утро, день, вечер, ночь. Д. Ахметова</p>
--	--	---	---	---

			выбирать только одного водящего, но и игроков не должно небольшое количество.		повторяться с изменением направления движения круга.	
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "Будет хлеб, будет песня" Цель: совершенствовать умения детей ходить по ограниченной поверхности, удерживая равновесие; упражнять в умении держать равновесие; повышать двигательную активность при выполнении	1. Группа раннего возраста «_____» "Как мы умеем прокатывать мячи". Цель: совершенствовать умения детей находить пару и выполнять простые движения в паре, двигаться в определенном направлении, по сигналу педагога, упражнять в катании мяча.	2. Младшая группа «_____» "Как мы ходим перешагивая". Задачи: формировать умение ходить по ограниченной поверхности, удерживая равновесие; упражнять в умении держать равновесие; повышать двигательную активность при выполнении упражнений;	1. Группа раннего возраста «_____» "Учимся прыгать!". Цель: познакомить детей с выполнением прыжка вперед на двух ногах, через ленточку, скакалку; учить бросать в горизонтальную цель, совершенствовать умение реагировать на сигнал.	

		<p>упражнений; развивать ловкость и скорость.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Цените хлеб". Задачи: учить детей перешагиванию через предметы, формировать активность движений во время выполнения упражнения, расширение представлений о значении питания, которое ежедневно употребляется для правильного развития организма; развивать умение</p>	<p>группа «_____» "Будет хлеб, будет песня". Задачи: совершенствовать умения детей ходить по ограниченной поверхности, удерживая равновесие; упражнять в умении держать равновесие; повышать двигательную активность при выполнении упражнений; развивать ловкость и быстроту; расширять представления о значении пищи, которую они употребляют</p>	<p>развивать ловкость и быстроту; благотворно влиять на работу органов дыхания посредством общеразвивающих упражнений детей.</p>	<p>3. Средняя группа «_____» "Скачет по дорожке воробышек" Цель: продолжать формировать навыки ходьбы в колонне по одному, друг за другом на носках, пятках; развивать навыки захватывания мяча двумя ногами, катание мяча сидя-стоя.</p>
					<p>4. Старшая группа «_____» "Прыжки через предметы" Цель: развивать навыки построения в строй, находить свое место в</p>

		<p>не задевать предметы при перешагивании через них; совершенствовать ловкость при перешагивании через предметы.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Круглый каравай"</p> <p>Цель: учить ходить в колонне по одному на носках, пятках; формировать навыки ходьбы по бревну, сохраняя равновесие; бросании и ловле мяча. Развивать навыки ходьбы в строю, построения в круг.</p>	<p>ежедневно для правильного развития и совершенствования организма; оказывать благотворное влияние на работу органов дыхания детей посредством общеразвивающих упражнений.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Всем нужен хлеб"</p> <p>Цель: закрепить навыки ходьбы по бревну, сохраняя равновесие; бросание и ловлю мяча; развивать навыки ходьбы в строю, построения в круг.</p>	<p>строю, круге (по зрительным ориентирам) ходьба с высоким подниманием колен; ходьба по гимнастической доске, с мячом в руках, меняя положение рук; прыжки между кеглями (расстояние 5 м) на правой и левой ноге.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Чистота личности". Закрепление. Цель: развивать представления о том, что соблюдение правил гигиены – важное средство</p>
--	--	---	--	--

	<p>4. Старшая группа «_____» "Мы ловкие" Цель: развивать навыки ползания на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; развивать навыки бега мелким и широким шагом, навыки прыжка на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой).</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Прыжки по команде". Цель: учить двигаться в разных темпах; останавливаться по сигналу</p>	<p>4. Старшая группа «_____» "Прыжки с продвижением вперед". Цель: формировать навыки перестроения; навыки прыжка на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Сохраняем равновесие". Цель: развивать умения ползать под гимнастической скамейкой, ползать "змейкой"</p>	<p>сохранения здоровья человека; закреплять навыки выполнения поворотов в шеренге, умения ударять мяч о стену, ловить двумя руками; совершенствовать физические качества, развивать организованность, коммуникативные навыки; воспитывать культуру здоровья.</p>
--	--	---	--

		педагога, менять направление движения.		между предметами.		
Прогулка	11.10 - 12.10	Nаблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30 4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
-----------	-------	-------------	---------	-------	---------	---------

		23.10.2023г.	24.10.2023г.	25.10.2023г.	26.10.2023г.	27.10.2023г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55			Подготовка к утренней гимнастики		
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45			<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p>"Общеразвивающие упражнения с маленькими мячами.</p> <p style="text-align: center;">1. «Белочка показывает орешек»</p> <p>И.п. – о.с. мяч в руках, руки опущены.</p> <p style="text-align: center;">1 – мяч прижали к груди; 2 – руки с мячом вверх, подъем на носки;</p> <p style="text-align: center;">3 – мяч прижали к груди; 4 – и.п.</p> <p style="text-align: center;">2. «Белочка увидела друзей»</p> <p>И.п. – орешек зажат между колен; руки на поясе.</p> <p style="text-align: center;">1 – наклон вперед руки в стороны (поздоровались).</p> <p style="text-align: center;">2 – выпрямились – и.п.</p> <p style="text-align: center;">3. «Белочка и часы»</p> <p>И.п. – о.с. руки на пояссе, мяч зажат между коленями.</p> <p style="text-align: center;">1 – наклон вправо; 2 – и.п.</p> <p style="text-align: center;">3 – наклон влево; 4 – и.п.</p> <p style="text-align: center;">4. «Белочки раскалывают орешки»</p> <p>И.п. – о.с., мяч в руке в опущенных руках.</p> <p style="text-align: center;">1 – присед.</p> <p style="text-align: center;">2 ,3. – орешками (мячами) стучим по полу (тук-тук).</p> <p style="text-align: center;">4. – и.п.</p> <p style="text-align: center;">5. Прыжки с мячом в руках, в чередовании с ходьбой."</p>		
		Основные двигательные упражнения.	Подвижная игра "Кот на крыше".		Игра "Море волнуется".	Подвижная казахская народная игра
		Цель: развивать			Цель: развивать у	

		<p>1) Прыжки вверх с касанием предмета головой на двух ногах, продвигаясь вперед на расстояние 2–3 метра.</p> <p>2) Захватывание мяча двумя ногами, катание мяча сидя-стоя.</p> <p>Дети делятся на две группы, педагог показывает 1-группе прыжки вверх с касанием предмета (кегли) на двух ногах, продвигаясь вперед на расстояние 2–3 метра; 2-группе захватывание мяча двумя ногами, катание мяча сидя-стоя.</p>	<p>реакцию, скорость, ловкость, умение бегать, увертываясь, координируя движения; развивать ритмичную, выразительную речь; воспитывать дружелюбие.</p> <p>Ход игры. Дети выбирают по считалке "кот", остальные - "мыши".</p> <p>Вариант-1. Место "норки мышей" очерчивается.</p> <p>"Мышки" становятся в круг. В центре круга – "спит кот".</p> <p>"Мышки" медленно подходят к "коту", говорят хором</p>	<p>детей умение играть по правилам, неподвижно замирать в позе, в которой оказывается на конец игрового текста.</p> <p>Море волнуется раз!</p> <p>Море волнуется два!</p> <p>Море волнуется три!</p> <p>Морская фигура, замри!</p>	<p>"Бес тас" ("Пять камешков").</p> <p>Цель: развивать у детей внимание и ловкость, моторику рук, мышление. Для игры подбираются пять небольших и примерно равных по величине камешков.</p> <p>Участник подкидывает их вверх и пробует поймать в ладони обеих рук. Если получилось, задача усложняется.</p> <p>Надо вновь подбросить камешки и, прежде чем поймать их, хлопнуть перед собой и за спиной в ладоши. Один-</p>
--	--	---	--	--	--

		<p>Группы поочередно выполняют упражнения.</p> <p>вполголоса:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Тише мыши, тише мыши... <p>Кот сидит на нашей крыше. Мышка, мышка, берегись И коту не попадись!</p> <p>После этих слов "кот" гонится за "мышами", те убегают. Игра повторяется несколько раз.</p> <p>Оценивается потраченное время на ловлю убегающих, ловкость "кота".</p> <p>Условие: "коту" в норку забегать нельзя; пойманного считается тот, кого задели рукой,</p> <p>Вариант-2. Две</p>		<p>два камешка упало? Ничего, еще будет возможность подобрать их. Теперь же, подкинув оставшиеся камешки, надо постараться поймать их — уже тыльной стороной ладоней. Опять несколько камешков упало?</p> <p>Что ж, настало время самого сложного этапа: подбросить имеющиеся в руках камешки, а пока они летят, подобрать с земли ранее упавшие. И, наконец, пятый этап снова легкий, — он повторяет первый:</p>
--	--	--	--	---

			стороны игроков стоят на противоположных сторонах игровой площадки, места для погони и бега с увертыванием будет достаточно.			имеющиеся в руках камешки надо подбросить и поймать на ладони. Побеждает тот, у кого после пяти таких испытаний в руках больше камешков.
Подготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "Прыгаем как воробышки" Цель: создать положительный эмоциональный настрой детей; продолжать знакомить детей с выполнением прыжка вперед на двух ногах, через ленточку, скакалку;		2. Младшая группа «_____» "Весело подпрыгиваем". Задачи: продолжать совершенствовать умение детей прыгать на двух ногах с продвижением вперед, через ленточку, скакалку; повысить		1. Группа раннего возраста «_____» "Учимся бросать мячи" Цель: научить ребенка энергично отталкивать или бросать предмет в заданном направлении; учить бросать мяч вниз и вперед двумя руками от груди; расширять

		<p>формировать умение бросать в горизонтальную цель, реагировать на сигнал; развивать ловкость.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Прыгает воробушек". Задачи: учить детей перепрыгивать предметы на двух ногах, формировать активность движений, развивать навыки перепрыгивания над предметами лежащими на полу.</p> <p>3. Средняя группа</p>		<p>двигательную активность детей при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Соблюдение правильной осанки". Цель: развивать</p>	<p>метательные способности; воспитывать навыки ловкости и точности при метании.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Веселый воробей". Цель: продолжать формировать навыки ходьбы в колонне по одному, друг за другом на носках, пятках; закрепить навыки прыжка, с продвижением вперед.</p>
--	--	--	--	---	---

		<p>«_____» "Мы любим прыгать"</p> <p>Цель: продолжать формировать навыки бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом, на носках, координирование движения рук и ног, соблюдая интервал, меняя направление, по кругу, с остановкой.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Держи равновесие"</p> <p>Цель: формировать навыки перебрасывания</p>		<p>умение строиться в колонну по одному; развивать навыки непрерывного бега в медленном темпе, навыки перебрасывания мяча двумя руками из-за головы через препятствия (с расстояния 2 метра).</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Мой веселый звонкий мяч".</p> <p>Цель: продолжать формировать у детей навыки бега врассыпную, движения через препятствия, повороты на одном месте</p>
--	--	--	--	--

		<p>мяча двумя руками из-за головы через препятствия (с расстояния 2 метра): развивать навыки ходьбы с чередованием бега, навыки бега в разных направлениях.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Ходьба боком в одну сторону с мешочком на голове". Цель: учить детей ходить по канату боком, положив на голову мешочек.</p>			вправо, влево.
Прогулка	11.10 - 12.10	Nаблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.			
Самостоятельная	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к			

работа в зале		семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.					
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.					
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30		4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.					

Циклограмма организованной деятельности инструктора по физической культуре на 2023 -2024 уч. год

Организации образования (детский сад /мини-центр/ предшкольный класс) _____
На какой период составлен план (указать дни недели, месяц, год): ноябрь, 2023-2024 год

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		30.10.2023г.	31.10.2023г.	01.11.2023г.	02.11.2023г.	03.11.2023г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p style="text-align: center;">"Общеразвивающие упражнения с цветами.</p> <p style="text-align: center;">1.“Спрятали цветы”. Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки за спиной. Выполнение: руки вперед, показать цветы, спрятать за спину, нет цветов. Повторить 3 раза. 2. «Покажи соседу цветы».</p> <p style="text-align: center;">Исходное положение: стоя ноги на ширине плеч, руки с цветами опущены внизу. Выполнение: повернуться в правую сторону, выпрямить руки, показать цветы, опустить руки вернуться в исходное положение. Повторить 3 раза.</p> <p style="text-align: center;">3. «Попрыгаем с цветами». Исходное положение: руки на поясе, ноги вместе. Выполнение: цветы положить на пол, прыгать около цветов (можно делать пружинки) раз- два – раз два, вот и кончилась игра. Ходьба за воспитателем по кругу."</p>				

Основные виды движений.	Подвижная игра «Зайка серенький сидит»	Игровое упражнение "Ручки хлоп – хлоп – хлоп". (физическое развитие, развитие речи) Упражнять в выполнении ритмических упражнений согласно текста; развивать слуховое внимание, двигательные умения,	Дыхательная гимнастика "Ветерок". (физическое развитие, развитие речи, ознакомление с окружающим миром) Цель: побуждать к выполнению дыхательных упражнений, развивать умение подражать показу взрослого, вызывать чувство радости. Педагог призывает выполнить упражнение, подуть как ветер, показывает упражнение. Дует легкий ветерок — ф-ф-ф... Качает так листок — ф-ф-ф... (Выдох спокойный, ненапряженный)	Подвижная игра "Ак серек – Кок серек". Казахская народная игра. Цель: способствовать развитию умения играть в команде, брать на себя ответственность; развивать быстроту, силу, ловкость, выдержку; воспитывать чувство сплоченности, дружбы. Играющие делятся на две команды. Команды, держась за руки, выстраиваются в ряд друг напротив друга на определенном расстоянии. Ак серек и кок серек! Мы прошли за много рек! Где еще найти нам
Ходьба по дорожке между двумя параллельно лежащими веревками (ширина 35—30 см) — к кукле. Дети сидят на стульях. Педагог приглашает детей по одному, берет малыша за руку и помогает пройти. Каждый ребенок повторяет упражнение 2—3 раза.	Цель: продолжить закреплять умение детей внимательно слушать текст и в соответствии с ним выполнять движения: прыгать на месте на двух ногах, быстро убегать по сигналу воспитателя. Игра продолжается 2 раза.	хлоп – хлоп – хлоп! (Хлопают в ладоши) Ля – ля – ля – ля – ля! (Выполняют "фонарики") Да! (Ладошками по коленям) Ножки топ – топ – топ (Топают ногами) Ля – ля – ля – ля – ля!	хлоп – хлоп – хлоп! (Хлопают в ладоши) Ля – ля – ля – ля – ля! (Выполняют "фонарики") Да! (Ладошками по коленям) Ножки топ – топ – топ (Топают ногами) Ля – ля – ля – ля – ля!	"Фонарики" Да! (Ладошками по коленям) Ножки топ – топ – топ (Топают ногами) Ля – ля – ля – ля – ля!

игрока в свою команду.
Если цепочка осталась цела - играющий остается в команде противника.
Побеждает команда, которая забрала всех участников противника.

Подготовка к ОД | 08.50 - 09.00

Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)

ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Учимся бросать мячи". Задачи: научить ребенка энергично отталкивать или бросать предмет в заданном направлении; учить бросать мяч вниз и вперед двумя руками от груди; расширять метательные способности; воспитывать навыки ловкости и точности при метании.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Подпрыгиваем как воробушки". Задачи: создать положительный эмоциональный настрой детей; закреплять умение детей прыгать на двух ногах с</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Есть у нас грузовик". Задачи: развивать умения ребенка энергично отталкивать или бросать предмет в заданном направлении; учить метать на дальность из-за головы; совершенствовать умение бросать мяч вниз и вперед двумя руками от груди, развивать метательные способности; воспитывать навыки ловкости и точности при метании.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Катятся яблоки". Задачи: учить детей держать мяч двумя руками и</p>	<p>2. Младшая группа «_____» "Мы похожи на солнышко". Задачи: совершенствовать умения детей держать мяч двумя руками; выполнять упражнения катания мяча друг на друга; развивать навыки умения катать мяч в одну сторону, прицеливаясь прямо;</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Лазание по наклонной". Задачи: отрабатывать умение энергично отталкивать или бросать предмет в заданном направлении; учить метать на дальность из-за головы;</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Прыжки как</p>
---------------------	---------------	--	---	---

левым боком вперед, навыки лазания по наклонной лестнице, по гимнастической стенке; совершенствовать физические качества, формировать осознанного отношения к своему здоровью.

Задачи: учить ползать на животе под палками, расположенных рядами на высоте 50 см.

Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.					
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.					
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.					
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.					

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		06.11.2023г.	07.11.2023г.	08.11.2023г.	09.11.2023г.	10.11.2023г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p style="text-align: center;">Построить детей по порядку на утреннюю гимнастику.</p> <p style="text-align: center;">- Подравнялись, подтянулись, И друг другу улыбнулись.</p> <p style="text-align: center;">Ходьба друг за другом на носках, на пятках.</p> <p style="text-align: center;">"Глазки": глазки влево, глазки вправо, вверх и вниз и все сначала (повторить 6 раз);</p> <p style="text-align: center;">"Ротик": чтобы лучше говорить, рот подвижным должен быть (повторить 6 раз);</p> <p style="text-align: center;">"Вырастим большие!": 1 - правая нога назад на носок, потянуться, 2 - исходное положение, 3 - левая нога назад на носок, потянуться, 4 - исходное положение (повторить 8 раз);</p> <p style="text-align: center;">"Спиралька": исходное положение - сидя, скрестить ноги, руки на поясе, 1 - поворот туловища вправо, 2 - исходное положение, 3 - поворот туловища влево, 4 - исходное положение (повторить 8 раз);</p> <p style="text-align: center;">"Заборчик": исходное положение - лежа на спине, руки вдоль туловища, 1-2 - поднять одновременно руки и ноги, 3-4 - исходное положение (повторить 8 раз);</p> <p style="text-align: center;">"Попрыгаем на одной ноге!": исходное положение - руки на поясе, 1-4 - прыжки на правой ноге, 5-8 - прыжки на левой ноге (в чередовании с ходьбой) 2-3 раза;</p> <p style="text-align: center;">"Часики": часики вперед идут, за собою нас ведут, исходное положение - стоя, ноги слегка расставлены, 1 - взмах руками вперед - "тик" (вдох), 2 - взмах руками назад - "так" (выдох 2 раза).</p>				

Основные двигательные упражнения.	Дыхательная гимнастика "Косим траву"	Подвижная игра "Найди себе пару".	Самолётик — самолёт (малыш разводит руки в стороны	Подвижная игра "Третий лишний".
<p>1). Катания мячей друг другу с расстояния 1,5–2 метра в положении сидя, ноги врозь.</p> <p>2). Бросание мяча двумя руками от груди, двумя руками вверх, вниз об пол (землю), ловля мяча; метание в горизонтальную цель, вдали.</p>	<p>Предложить детям "покосить траву": ноги на ширине плеч, руки опущены.</p> <p>Воспитатель читает стих, дети произносят "зу-зу" машут руками влево – выдох, вправо – вдох.</p> <p>- Зу-зу, зу-зу, Косим мы траву.</p> <p>Зу-зу, зу-зу, И налево взмахну.</p> <p>Зу-зу, зу-зу, Вместе быстро, очень быстро</p> <p>Мы покосим всю траву.</p> <p>Зу-зу, зу-зу. Дети встряхивают расслабленными руками,</p> <p>повторяют упражнение 3-4 раза.</p>	<p>Цель: развивать умение находить себе пару, среди группы детей по флагок (фишку) идентичного цвета как у себя; развивать внимание, ориентировку у пространстве, ловкость, дружелюбие.</p> <p>Оборудование: флагки разного цвета по количеству детей (по паре одинакового цвета). Дети получают по одному флагажку (фишке).</p> <p>Первый сигнал - дети разбегаются по площадке.</p> <p>Второй сигнал - дети ищут себе пару, становятся в пары.</p>	<p>разводит руки в стороны</p> <p>ладошками вверх, поднимает голову и делает вдох)</p> <p>Отправляется в полёт</p> <p>(задерживает дыхание)</p> <p>Жу-жу-жу (делает поворот вправо)</p> <p>Жу-жу-жу (выдох, произносит ж-ж-ж)</p> <p>Постою и отдохну (встает прямо, опустив руки)</p> <p>Я налево полечу (поднимает голову и делает вдох)</p> <p>Жу-жу-жу (делает поворот влево)</p> <p>Жу-жу-жу (выдох, ж-ж-ж)</p> <p>Постою и отдохну (встает прямо и опускает руки).</p>	<p>Цель: развивать пространственную ориентировку, внимательность, быстроту, ловкость, выносливость.</p> <p>Дети выбирают (можно по считалке) двоих водящих, остальные встают в круг, каждый в паре так, что один играющий стоит перед другим.</p> <p>Играющих должно быть четное количество. Если это невозможно, педагог встает в пару одному из детей.</p> <p>Догоняющий и убегающий встают за кругом</p> <p>подальше друг от друга. По сигналу погоня начинается.</p> <p>Если убегающий</p>

рукой убегающего,
то он тут же
убегает в
обратную сторону
либо игра может
остановиться.
Пару водящих
можно
перевыбрать.

Подготовка к ОД | 08.50 - 09.00

Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)

ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Паровоз". Задачи: учить детей катать мяч, упражнять в лазанье по гимнастической стенке, приучать соблюдать направление при катании мяча, учить дружно играть. Подвижная игра в парах с мячом.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Как мы умеем прокатывать". Задачи: совершенствовать умения детей держать мяч двумя руками; выполнять упражнения катания мяча друг на друга; развивать навыки умения катать мяч в одну сторону,</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Чух-чух, паровозик". Цель: закреплять умения детей катать мяч, упражнять в лазанье по гимнастической стенке, приучать соблюдать направление при катании мяча, учить дружно играть.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Грузовик привез фрукты". Задачи: учить детей бросанию мячика вперед, снизу вверх, держа его ниже груди; развивать мышцы рук во время выполнения бросания мячика; формировать</p>	<p>2. Младшая группа «_____» "Давайте бросать мячи". Задачи: учить детей энергично отталкивать или бросать предмет в заданном направлении; совершенствовать умение бросать мяч вниз и вперед двумя руками от груди; овладевать техникой метания мяча из-за головы; расширять метательные способности; развивать мышцы тела, рук и пальцев;</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Улицы нашего города". Задачи:</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Самолет в небе". Задачи: формировать умения детей катать мяч, упражнять в лазанье по гимнастической стенке, приучать соблюдать направление при катании мяча, учить дружно играть.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Ходьба быстрым шагом". Цель: развивать умения ходить в чередовании с бегом, прыжками, в чередовании с другими движениями, ходьбы по скамейке, навыки прыжка через 4-5</p>
---------------------	---------------	---	--	--	--

"Учимся метать".
Задачи: развивать
навыки прямого
броска с
вытянутыми в
стороны руками в
строю; метания
мешка с песком в
цель на
расстоянии 2-2,5

м.

под дугу, держа
мяч в руках
(высота 50 см).

Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.					
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.					
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.					
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.					

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		13.11.2023г.	14.11.2023г.	15.11.2023г.	16.11.2023г.	17.11.2023г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p>1,2,3,4,5 – превращаемся в котят и отправимся гулять, приключения искать! (ходьба обычная), Из ворот выходит кот, Сладко песенку поёт: Я доволен, я не хмур, Солнце стало, мур-мур-мур! (ходьба на носочках), С кошкой бегали мы вместе, Пробежали метров двести (бег обычный), Отдыхает киска, Не садись к ней близко, А то острый коготок Поцарапает носок (ходьба), Построение врассыпную.</p>				

	Основные двигательные упражнения. 1). Ходьба приставным шагом вперед, приставным шагом назад, с высоким подниманием колен. 2). Прыжки с ноги на ногу, прямой галоп.	Казахская народная игра "Такия тастамак!" Играющие становятся по кругу и выбирают ведущего. У него в руках тюбетейка. Он обходит ребят, произнося следующие слова: "Есть идея" ("Такия тастамак")! Не спеша начинаем игру: садимся кругом". После этих слов дети садятся, ведущий продолжает: "Потихоньку, неторопливо обойду я вас. В это время незаметно тюбетейку подложу кому-нибудь. Если не заметишь ее, тебя тебя догоню. И тебе придется	Дыхательная гимнастика "Пузырики" Дети делают глубокий вдох через нос, надувает «щёчки–пузырики» и медленно выдыхает воздух через чуть приоткрытый рот. Повторить 2 – 3 раза.	Подвижная игра "Лиса в курятнике". Цель: совершенствовать умение быстро действовать по сигналу; развивать вестибулярный аппарат, ловкость. Дети выбирают по желанию (по считалке) водящего на роль лисы, остальные становятся курами. На одной стороне площадки - "курятник с курами", на другой нора лисы (или норы лис), остальное пространство - двор. По первому сигналу - куры ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу	Мы погреемся немножко, Мы похлопаем в ладошки: Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп! (Дети стоят в кругу и хлопают в ладоши) Ножки мы погреем, Мы потопаем скорее: Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп! (Стоя в кругу, дети топают попеременно то одной, то другой ногой) Рукавицы мы надели, Не боимся мы метели: Прыг, прыг, прыг, прыг! (Дети прыгают на двух ногах)
--	--	--	---	---	---

игры нельзя
оглядываться и
подсматривать.
Игрок с
тюбетейкой
догоняет
ведущего по
кругу только до
своего места.
Есть идея! (Такия
тастамак!)

Подготовка к ОД | 08.50 - 09.00

Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)

ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Зайки на лужайке". Задачи: продолжать развивать разнообразные виды движений; правильно выполнять упражнения, учить принимать исходное положение, обучать детей пролезанию в обруч, перелезанию и переползанию через лежащие предметы.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Подбрасываем мяч высоко". Задачи: закреплять умения бросать мяч вниз и вперед двумя руками от груди;</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "В гости к лесным зверятам". Задачи: учить детей принимать правильное исходное положение при метании в даль малого мяча (мешочка) правой и левой рукой, развивать двигательные умения в прыжках на месте (подскоки), отрабатывать навык ползания по гимнастической дорожке с опорой на ладони и колени.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "С Мишкой наперегонки". Задачи: учить детей ходьбе в прямом</p>	<p>2. Младшая группа «_____» "Не упади с моста". Задачи: совершенствовать умения детей ходить друг за другом между двумя параллельными линиями (длина – 2,5 м, ширина – 25 см) в прямом направлении;</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Свободный бег". Задачи: развивать технику прыжка в</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Зверюшки рады детворе". Задачи: закреплять умения детей принимать правильное исходное положение при метании в даль малого мяча (мешочка) правой и левой рукой, развивать двигательные умения в прыжках на месте (подскоки), отрабатывать навык ползания по гимнастической дорожке.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Подлезание под веревку". Цель: формировать навыки перестроения в звенья по два;</p>
---------------------	---------------	---	--	---	---

5. Предшкольная
группа

«_____»

"Учимся метать".

Цель: развивать
навыки прямого
броска с
вытянутыми в
стороны руками в
строю; метания
мешка с песком в
цель на
расстоянии 2-2,5

м.

Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.					
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.					
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.					
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.					

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		20.11.2023г.	21.11.2023г.	22.11.2023г.	23.11.2023г.	24.11.2023г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55					Подготовка к утренней гимнастики
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45					<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p style="text-align: center;">Что за чудо - кошка Села на окошко? На окошко села,</p> <p style="text-align: center;">Песенку запела (исходное положение: руки вниз, повернуть голову направо. Вернуться в исходное положение, повернуть голову налево. Вернуться в исходное положение, повторить 3 раза в каждую сторону).</p> <p style="text-align: center;">Маленькая кошка Прыгнула в лукошко, Потянулась, облизнулась</p> <p style="text-align: center;">И калачиком свернулась! (исходное положение: сидя на пятках, руки за спиной, встать на колени, потянуться, посмотреть вверх. Вернуться в исходное положение, повторить 5 раз).</p>

	Основные двигательные упражнения. 1). Подлезание боком в обруч, расположенного вертикально на полу. 2). Ползание на четвереньках, подлезание под дугу. Дети делятся на две группы, педагог показывает, объясняет.	Подвижная игра "Летает-летает" Цель: научить осознавать, что летает, что не летает. Ход игры: игру можно играть как в помещении, так и на улице. Участники игры должны следовать словам инициатора. Когда упоминается летающая птица или объект, дети поднимают руки, а когда упоминается нелетающий объект, то дети сидят неподвижно. Ребенок который неправильно выполнил задание, должен рассказать стих	Дыхательная гимнастика «Волна» Цель: тренировать силу вдоха и выдоха. ИП: лежа на полу, ноги вместе, руки по швам. На вдохе руки поднимаются над головой, касаясь пола, на выдохе медленно возвращаются в исходное положение. Одновременно с выдохом ребенок говорит "Вни-и-з". После освоения ребенком этого упражнения	Малоподвижная игра "Колпачок" Цель: учить детей вслушиваться в текст, выполнять движения. В центре круга сидит на корточках ребенок. Дети идут хороводным шагом, произносятся слова: Колпачок, колпачок, маленькие ножки, Красные сапожки. Мы тебя поили (грозят пальцем), Мы тебя кормили (грозят другой рукой), На ноги поставили (поднимают руки вверх, ребенок в центре встает), Танцевать заставили. Танцуй, сколько хочешь (ребенок выполняет	Музыкально-ритмическое упражнение "Ходим - бегаем". (музыка, развитие речи, физическая культура) - Раз, два, раз! Раз, два, раз! Весело, весело мы идем! Раз, два, раз! Раз, два, раз! Песенку, песенку мы поем. А теперь бегом, бегом И по комнате кругом. Вот как быстро мы бежали И нисколько не устали! Вот как быстро мы бежали И устали — да,
--	--	--	---	---	---

руки), Летит-
летит змея
летит! (дети не
поднимают
руки), В этой
игре побеждает
самый
смышленый
игрок.

Подготовка к ОД | 08.50 - 09.00 |

Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)

ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Раз, два, три – беги!". Задачи: вызвать у детей эмоциональный отклик на игровое занятие и желание участвовать в нем; продолжать упражнять детей в ходьбе по гимнастической дорожке, сохраняя равновесие, преодолевая робость; продолжать развивать умение согласовывать движения с движениями других детей.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Мы двигаемся прямо". Задачи: повторение и закрепление умения ходить друг за другом между двумя параллельными линиями (длина – 2,5 м, ширина – 25 см) в прямом направлении; развитие основных видов движений; гибкости; ходьбы; основных групп</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "В гости к колобку". Задачи: совершенствовать умения детей бегать в строю; подлезать на четвереньках, под веревку высотой 50 см; совершенствовать скорость бега, обращать внимание на указания педагога, упражняться в ловкости выполнения упражнений.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Мы проворнее волков". Задачи: учить детей бегу в строю, ползанию под веревкой высотой 50 см;</p>	<p>2. Младшая группа «_____» "Волчок и зайка". Задачи: повторение и закрепление навыка быстрого бега; обращать внимание на указания педагога, упражняться в ловкости подлезать на четвереньках, под веревку высотой 50 см; развивать артистизм.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Ползание змейкой". Задачи: продолжать формировать навыки бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Найди свой цветок". Задачи: через знакомые детям сказки, совершенствовать двигательные умения и навыки; продолжать учить выполнять упражнения с мячами; развивать умения в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд; вызвать у детей положительные эмоции при выполнении физических упражнений.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Ходьба по наклонной доске". Цель: продолжать формировать навыки бега в</p>
---------------------	---------------	--	---	--	--

5. Предшкольная
группа

«_____»

"Переменный
прыжок на одной
ноге".

Задачи: развивать
умения прыгать,
бегать с разной
скоростью, учить
сохранять
равновесие.

Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.					
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.					
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.					
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
		2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00		
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.					

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		27.11.2023г.	28.11.2023г.	29.11.2023г.	30.11.2023г.	01.12.2023г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p style="text-align: center;">Жил-был котик Серый животик. Чёрная спинка, В глазах - хитринка (исходное положение: стоя на коленях и ладошках, голова приподнята, выгнуть спину, опустить голову. Вернуться в исходное положение (повторить 5 раз), Киса, кошечка, мур-мур, Хвостиком махнула, Лапки подогнула, И опять уснула (исходное положение: лежа на спине, руки вдоль туловища. Повернуться на правый бок, прижать ноги к животу. Вернуться в исходное положение), Повернуться на левый бок, прижать ноги к животу (повторить 3 раза в каждую сторону), Солнышко пригрело, Киска разомлела, Лишь мурлычет кошка, Задремав немножко (исходное положение: ноги вместе, руки опущены, сделать вдох носом. На</p>				

			выдохе протяжно тянуть: "м-м-м-м-м-м", одновременно постукивая пальцем по крыльям носа (5раз).	
Основные двигательные упражнения. 1). Прыжки вверх с касанием предмета головой на двух ногах, продвигаясь вперед на расстояние 2–3 метра. 2). Прыжки в длину с места, в плоский обруч, лежащий на земле; через предмет высотой 5–10 сантиметров	Игра "День - ночь" Цель: развивать умения двигаться по сигналу; совершенствовать реакцию, внимание, умения играть по правилам. По сигналу "День!" дети выходят на площадку, двигаются по своему желанию. По сигналу "Ночь!" становятся неподвижными, "застыают". Водящий ходит среди детей, находит зашевелившихся, выводит из игры.	Дыхательная гимнастика Носочки Малыш ставит руки на пояс, слегка приседает – вдох, выпрямляется – выдох.	Подвижная игра "Лягушки и цапли". Цель: развивать у детей умение действовать по сигналу, ловкость; развивать умение прыгать на двух ногах с продвижением вперёд. Определяются границы размещения игроков на площадке: место на для детей (лягушки) и водящего (цапля). По сигналу воспитателя "лягушки" начинают двигаться в	Казахская народная игра "Тенге алу" ("Подбери монету"). Цель: развивать ориентировку в пространстве, вестибулярный аппарат, внимание, ловкость, интерес к игре "Тенге алу". Правила. Эта версия игры простейшая; нет элемента соревновательности, тем не менее, необходимо собрать все монеты, разбросанные на площадке.

		<p>Побеждают те, кто условленное количество раз был неподвижен.</p>	<p>направлении "болота", передвигаясь только прыжками на обеих ногах. Как только "лягушки" пересекут границу "болота" и попадут на его территорию, "цапля" может начинать их ловить. Поймав "лягушку", "цапля" уводит её в гнездо. Правила: дети двигаются только с помощью прыжков.</p>	<p>Педагог предварительно разбрасывает по ковру монетки, свернутые в платочки. По сигналу дети выходят на площадку, подбирают монеты, складывают в прозрачный дорба, мешочек. Прозрачный мешочек нужен для того, чтобы дети увидели результаты своего участия. Поощряется активное участие детей. В конце игры можно у каждого пересчитать "монеты".</p>
--	--	---	--	--

Подготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Мы катаем комья снега". Задачи: учить детей ходить и бегать небольшими группами за педагог; развивать ориентировку в пространстве, реагировать на сигнал; воспитывать интерес и желание участвовать в подвижных играх.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Мы прыгаем как кенгуру". Цель: учить детей</p>		<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Путешествие в зимний лес". Задачи: упражнять в умении ходить и бегать друг за другом; формировать умение правильно выполнять прыжки через 2 параллельные линии, отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь;</p> <p>упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической</p>	<p>2. Младшая группа «_____» "Независимый Казахстан". Цель: учить детей ходьбе на гимнастической доске сохраняя равновесие; навыкам сохранения равновесия тела в пространстве во время ходьбы по одному следу;</p> <p>развивать гибкость движений, мышцы туловища и ног.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Ходьба, меняя направление".</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Учимся ходить по зимним тропинкам". Задачи: закреплять умение ходить и бегать в колонне друг за другом; ходить на носочках; продолжать учить детей ходить по гимнастической скамейке; упражнять в ползании на четвереньках, подлезании под дугу; воспитывать устойчивый интерес к физическим упражнениям и</p>

		<p>выполнять подскoki на двух ногах, стоя на месте; совершенствовать навыки прыжков, технику подскоков стоя на месте; побуждать детей с энтузиазмом выполнять прыжки на двух ногах стоя на месте; развивать мышцы тела, ног и рук; способствовать правильному формированию осанки; воспитывать интерес к физической культуре.</p> <p>3. Средняя группа «_____»</p>	<p>скамье; закреплять умение подлезать под дугу и выпрямляться.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Зайка зовет попрыгать".</p> <p>Цель: отрабатывать умение выполнять подскoki на двух ногах стоя на месте; совершенствовать навыки прыжков, технику подскоков стоя на месте; побуждать детей с энтузиазмом выполнять прыжки на двух ногах стоя на месте; развивать</p>	<p>Задачи: закрепить навыки бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом соблюдая интервал, меняя направление; навыки ползания под дугу.</p>	<p>подвижным играм.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Ползание на четвереньках". Цель: продолжать формировать навыки ходьбы в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками, меняя направление, навыки умения действовать по сигналу педагога; навыки прыжка на одной ноге (примерно по 4-5 раз на правой и левой ноге); навыки бросания и ловли мяча двумя руками; навыки ползания</p>
--	--	--	--	--	--

		<p>"Медведь в спячке".</p> <p>Задачи:</p> <p>формировать навыки бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом соблюдая интервал, меняя направление; навыки ползания в прямом направлении на расстояние 4–6 метров.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Играем по правилам".</p> <p>Задачи:</p> <p>формировать навыки прыжка вверх с места с касанием</p>	<p>мышцы тела, ног и рук;</p> <p>способствовать правильному формированию осанки;</p> <p>воспитывать интерес к физической культуре.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Мишка, Мишка, лежебока!".</p> <p>Задачи:</p> <p>продолжать формировать навыки бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом соблюдая интервал, меняя направление;</p> <p>навыки ползания</p>	<p>на четвереньках между кеглями.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Культура питания".</p> <p>Закрепление.</p> <p>Цель: показать значение правильного питания;</p> <p>закреплять навыки прыжков через скакалку, умение бросать мяч обеими руками друг другу (расстояние 1,5-2 м) из-за головы;</p> <p>совершенствовать физические качества;</p> <p>развивать навыки здорового образа жизни.</p>
--	--	---	--	--

		<p>предмета, навыки непрерывного бега в медленном темпе.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Соблюдаем дистанцию". Цель: обучение повторному чередованию ходьбы и бега соблюдая дистанцию.</p>	<p>под дугу, высотой 40 сантиметров.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Мы учимся у друзей". Цель: продолжать формировать навыки сохранения равновесия, стоя на носках, руки вверх, стоя на одной ноге; ходьбы и бега по наклонной доске вверх и вниз; совершенствовать навыки перестроение в звенья по два; навыки метания мяча в даль.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____»</p>	
--	--	---	---	--

				"Как прыгать с мешочком?". Цель: обучение чередованию ходьбы и бега, прыжков.		
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30
		2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

**Циклограмма организованной деятельности инструктора
по физической культуре на 2023 -2024 уч. год**

Организации образования (детский сад /мини-центр/ предшкольный класс) Romashka kinder
На какой период составлен план (указать дни недели, месяц, год): декабрь, 2023-2024 год

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		04.12.2023г.	05.12.2023г.	06.12.2023г.	07.12.2023г.	08.12.2023г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ У меня живет котенок Я зову его играть Мой котенок, как ребенок Любит прыгать и скакать (бег по кругу 15 секунд, ходьба обычная), Кошка заняла лукошко И не хочет вылезать: "Полежу еще немножко, Мне еще охота спать!" (несколько раз зевнуть и потянуться).				
		Основные двигательные упражнения. 1). Бег с выполнением определенных	Динамическое упражнение "Часы" Цель: развивать слуховое внимание, память,	Хорошо, что солнце взошло? (изображать солнце), Хорошо! (хлопать в ладоши),	Малоподвижная игра "Раздувайся, пузырь!" Цель: приучать детей синхронно	Игровое упражнение "Здравствуйте, ручки!" Цель: отрабатывать

		<p>заданий: в колонне по одному, друг за другом, на носочках, координирование движения рук и ног, соблюдая интервал, меняя направление.</p> <p>2). Ползание на четвереньках, подлезание под дугу, высотой 40 см.</p>	<p>речь, умение двигаться согласно ритма слов.</p> <p>Тик-так, тик-так- Все часы идут вот так:</p> <p>Тик-так.</p> <p>(Наклоните голову то к одному, то к другому плечу)</p> <p>Смотри скорей, который час:</p> <p>Тик-так, тик-так, тик-так.</p> <p>(Раскачивайтесь в такт маятника)</p> <p>Налево - раз, направо - раз.</p> <p>Мы тоже можем так,</p> <p>(Ноги вместе, руки на поясе. На счет "раз" голову наклоните к правому плечу, потом - к левому,</p>	<p>Звуки ветра хороши ли? (изображать ветер),</p> <p>Хорошо! (хлопать в ладоши),</p> <p>Хорошо ли гулять с друзьями?</p> <p>(шагать),</p> <p>Хорошо ли обнимать маму?</p> <p>(обнимать себя),</p> <p>Хорошо! (хлопать в ладоши),</p> <p>Хорошо в родном крае? (отпускать объятия),</p> <p>Хорошо! (хлопать в ладоши),</p> <p>Хорошо там, где у нас есть дом?</p> <p>(изображать дом),</p> <p>Хорошо! (хлопать в ладоши),</p> <p>Хорошо кружиться в танце?</p> <p>(кружиться),</p>	<p>двигаться, выполнять действия:</p> <p>- Раздувайся, пузырь,</p> <p>Раздувайся большой,</p> <p>Оставайся такой, И не лопайся!</p> <p>(дети встают в большой круг),</p> <p>Он летел, летел, летел.</p> <p>И веточку задел!</p> <p>(дети бегут по кругу).</p>	<p>умения выполнять движения в соответствии с произносимым текстом, развивать внимание, артикуляцию, мелкую моторику; воспитывать дружелюбие.</p> <p>Здравствуйте, ручки! Хлоп - хлоп - хлоп!</p> <p>Здравствуйте, ножки! Топ - топ - топ!</p> <p>Здравствуйте, щечки! Плюх - плюх - плюх!</p> <p>Пухленькие щечки? Плюх - плюх - плюх!</p> <p>Здравствуйте, зубки! Щелк - щелк - щелк!</p> <p>Здравствуй, мой носик! Бип - бип -</p>
--	--	--	---	---	---	---

			как часики) Тик-так, тик-так.	Хорошо! (хлопать в ладоши).		бип! Здравствуйте, детишки! Раз, два, три! Девчонки и мальчишки, здравствуйте!
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "Вперед Казахстан!". Задачи: учить детей выполнять ходьбу по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие; корректировать координационные способности, ловкость и быстроту; корректировать и развивать	1. Группа раннего возраста «_____» "Солдаты нашей Родины". Задачи: развивать умение ходить с высоким подниманием колен; упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен; закреплять у детей умение ползать и подлезать под веревку, совершенствовать	2. Младшая группа «_____» "Поезд Талыго". Задачи: учить детей выполнять ходьбу по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие; корректировать координационные способности, ловкость и быстроту; корректировать и развивать внимание, слух,	1. Группа раннего возраста «_____» "Спортсмены Казахстана!". Задачи: упражнять детей в действиях с мячом: прокатывании, бросании в даль, в горизонтальную цель двумя руками снизу; укреплять физическое здоровье детей путем использования	

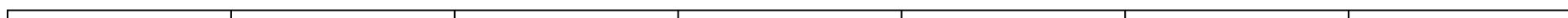
		<p>внимание, слух, зрение, пространственную ориентацию, координацию движений, равновесие через выполнение ходьбы и бега; воспитывать любовь к родине.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Зайка зовет попрыгать". Задачи: отрабатывать умение выполнять подскoki на двух ногах стоя на месте; совершенствовать навыки прыжков, технику подскоков стоя на месте; побуждать</p>	<p>навык бросания на дальность из-за головы, выполнять бросок только по сигналу.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Независимый Казахстан". Задачи: учить детей ходьбе на гимнастической доске сохраняя равновесие; навыкам сохранения равновесия тела в пространстве во время ходьбы по одному следу; развивать гибкость движений, мышцы туловища и ног.</p>	<p>зрение, пространственную ориентировку, координацию движений, равновесие через выполнение ходьбы и бега; воспитывать любовь к родине.</p>	<p>закаливающих мероприятий, корrigирующих упражнений.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Моя Родина - Казахстан". Задачи: продолжать формировать навыки бега в колонне по одному, друг за другом, на носках, соблюдая интервал, меняя направление. Учить ходить по гимнастической скамейке.</p>
					<p>4. Старшая группа «_____» "Ползание по гимнастической скамейке".</p>

		<p>детей с энтузиазмом выполнять прыжки на двух ногах стоя на месте; развивать мышцы тела, ног и рук; способствовать правильному формированию осанки; воспитывать интерес к физической культуре.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Я - чемпион". Задачи: учить навыкам катания мячей друг другу с расстояния 1,5–2 метра в положении сидя, ноги врозь, катание мячей в</p>	<p>3. Средняя группа «_____» "Независимый Казахстан". Задачи: продолжать формировать навыки бега в колонне по одному, друг за другом, на носках, координирование движения рук и ног, соблюдая интервал, меняя направление. Учить ходить по гимнастической скамейке.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Эстафетные игры". Задачи: формировать навыки</p>	<p>Задачи: продолжать формировать навыки ходьбы в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками, меняя направление, навыки умения действовать по сигналу педагога; навыки бросания мяча друг другу снизу и ловля его; навыки ползания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Перепрыгивание</p>
--	--	--	--	---

		<p>ворота, бросание мяча двумя руками от груди, двумя руками вверх, вниз об пол (землю), ловля мяча.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Ходьба по наклонной доске". Задачи: закрепить навыки ходьбы и бега по наклонной доске вверх и вниз; навыки бега со средней скоростью в чередовании с ходьбой. Совершенствование навыки сохранения равновесия, стоя на носках, руки вверх, стоя на одной ноге.</p>	<p>перестроения в звенья по три; перестроения в строй; навыки ходьбы и бега по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30–35 сантиметров).</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Раз, два, прыгни!"</p> <p>Цель: развитие у детей навыков перестановки из строя в ряд; прыжки детей в прямом направлении (дистанция 6 м); обучение метанию асика; совершенствование</p>		<p>через шнур". Цель: учить быстро перепрыгивать через веревки; упражнять в беге, соблюдая дистанцию.</p>
--	--	--	--	--	---

		<p>5. Предшкольная группа «_____» "Прыжки с хоп-фитболами". Цель: учить прыгать с хоп-фитболами (прыжковые гимнастические мячи); упражнять в метании мяча вверх обеими руками и хлопках в ладоши.</p>		<p>е умений катать мяч правой и левой ногой в заданном направлении с помощью подвижной игры.</p>		
Прогулка	11.10 - 12.10	Nabлюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____»	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____»

		16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организацио нные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				



		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		11.12.2023г.	12.12.2023г.	13.12.2023г.	14.12.2023г.	15.12.2023г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ				
		Основные двигательные упражнения. 1). Бег с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом, на носочках, координирование движения рук и ног, соблюдая интервал, меняя направление. 2). Прыжки в длину с места, с продвижением вперед на 3м.	Подвижная игра "Кот и Мышь". Цель: развивать пространственную ориентировку, внимательность, быстроту, ловкость, реакцию, выносливость. Дети выбирают (можно по считалке) двоих водящих: один - "кот", второй - "мышь", остальные встают в круг, берутся за руки. Мышь в середине круга,	Дыхательная гимнастика "Хомячок" Предложите малышу изобразить хомячка, надув щеки и пройтись так несколько шагов. После чего хлопнуть себя по щекам, таким образом, выпустив воздух.	Малоподвижная игра "Колпачок". Цель: развивать умения детей вслушиваться в текст, выполнять движения; воспитывать дружелюбие. В центре круга сидит на корточках ребенок. Дети идут хороводным шагом, произносятся слова: Колпачок, колпачок,	Основные двигательные упражнения. 1). Ходьба приставным шагом вперед, приставным шагом назад, с высоким подниманием колен. 2). Прыжки с ноги на ногу, прямой галоп.

		<p>кот за кругом; во время хоровода герои присматриваются друг к другу. Дети ходят по кругу, говорят слова: - Мыши водят хоровод, На лежанке дремлет кот, Тише, Мыши, не шумите, Кота Ваську не будите. Как проснется Васька-кот, Разобьет весь хоровод! Последние слова - сигнал к погоне: играющие понимают руки, не размыкая их, образуя "дверки", мышка выбегает наружу и бежит от кота. Кот догоняет, мышь убегает. Если кот</p>	<p>маленькие ножки, Красные сапожки. Мы тебя поили, (Грозят пальцем) Мы тебя кормили (Грозят другой рукой) На ноги поставили (Поднимают руки вверх, ребенок в центре встает) Танцевать заставили. Танцуй, сколько хочешь (Ребенок выполняет танцевальные движения) Выбирай, кого захочешь, Поклониться не забудь, Выбирай кого- нибудь. (Ребенок подходит к выбранному ребенку,</p>	
--	--	---	---	--

			<p>в погоне касается рукой мыши, то игра останавливается. В ходе погони играющие могут то поднимать руки, открывать путь, по присаживаться на землю, закрывая дорогу перед котом, пока мышь не убежит наружу круга. Пару водящих можно пересыпать.</p>		<p>кланяется ему и выводит в центр круга). Игра повторяется с другим ребенком.</p>	
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Зайка зовет попрыгать". Задачи: отрабатывать умение выполнять подскоки на двух</p>		<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Независимый Казахстан". Задачи: учить детей ходьбе на гимнастической доске сохраняя</p>	<p>2. Младшая группа «_____» "Снеговик". Задачи: учить детей прокатывать мяч сидя, в заданном направлении с</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Играем в футбол со снеговиком". Задачи: упражняять в ходьбе с перешагиванием</p>

		<p>ногах стоя на месте; совершенствовать навыки прыжков, технику подскоков стоя на месте; побуждать детей с энтузиазмом выполнять прыжки на двух ногах стоя на месте; развивать мышцы тела, ног и рук; способствовать правильному формированию осанки; воспитывать интерес к физической культуре.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Вперед,</p>	<p>равновесие; навыкам сохранения равновесия тела в пространстве во время ходьбы по одному следу; развивать гибкость движений, мышцы туловища и ног.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Слепим снеговика". Задачи: учить детей прокатыванию мячика в ворота (расстояние 1 - 1,5 м); обучить технике прокатывания мячика в ворота, познакомить</p>	<p>расстояния 1-1,5 м под различные предметы (ворота); закрепить умение катать мяч друг другу в прямом направлении, отталкивать его энергично; развивать координацию движения рук; умение ориентироваться в пространстве, активизировать прослеживающую функцию глаза.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Новый год, новый свет!". Задачи: продолжать формировать</p>	<p>через препятствие, в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд, учить метать 1 рукой в горизонтальную цель, развивать умение действовать по сигналу, воспитывать дружеские взаимоотношения, продолжать знакомить с приметами времени года "зима".</p>
--	--	---	--	--	--

		<p>Казахстан!".</p> <p>Задачи: учить детей выполнять ходьбу по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие; корректировать координационные способности, ловкость и быстроту; корректировать и развивать внимание, слух, зрение, пространственную ориентировку, координацию движений, равновесие через выполнение ходьбы и бега; воспитывать любовь к родине.</p>	<p>детей с свойствами круглых предметов (перекатывание); развивать мышцы туловища и рук, совершенствовать меткость.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Праздник во дворе".</p> <p>Задачи:</p> <p>продолжать формировать навыки ходьбы по гимнастической скамейке; навыки прыжка в длину с места,</p> <p>продвигаясь вперед на расстояние 2–3 метра.</p>	<p>4. Старшая группа «_____» "Лазание по гимнастической стенке".</p> <p>Задачи:</p> <p>продолжать формировать навыки перестроения в круг, затем в строй; навыки ходьбы с чередованием бега, меняя</p>
		<p>3. Средняя группа</p>		<p>4. Старшая группа</p>

		<p>«_____»</p> <p>"Чудеса нового года".</p> <p>Задачи:</p> <p>продолжать формировать навыки бега в колонне по одному, друг за другом, сблюдая интервал, меняя направление; навыки ходьбы по гимнастической скамейке; навыки прыжка в длину с места, закрепить навыки построения в круг.</p> <p>4. Старшая группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Прыжки на одной ноге".</p> <p>Задачи:</p> <p>продолжать формировать</p>	<p>«_____»</p> <p>"Прыжки со скакалкой".</p> <p>Задачи:</p> <p>формировать навыки прыжка с короткой скакалкой (10 прыжков 2-3 раза с перерывами для отдыха); навыки прыжка на одной ноге.</p> <p>5. Предшкольная группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Бег с изменением направления".</p> <p>Цель: развивать навыки прыжков с места на место, в беге с изменением направления.</p>	<p>направление; навыки умения действовать по сигналу; навыки лазанья по гимнастической стенке; навыки метания мяча в вертикальную цель.</p> <p>5. Предшкольная группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Прыжки с места на двух ногах".</p> <p>Цель: учить прыгать на двух ногах в высоту 20 см.</p>
--	--	---	--	--

		<p>навыки перестроения в звенья по три; перестроения в строй; навыки прыжка на одной ноге (примерно по 4-5 раз на правой и левой ноге); навыки метания в вертикальную цель с расстояния 1,5 метра.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Быстро спрыгиваем с каната". Задачи: обучение ходьбе на носочках перешагивая через предметы; прыжках высоты.</p>			
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр,			

		Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.						
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.						
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.						
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.						

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		18.12.2023г.	19.12.2023г.	20.12.2023г.	21.12.2023г.	22.12.2023г.

Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p style="text-align: center;">Гусь, наверно, очень сильный! У него большие крылья! (исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены. Поднять руки через стороны вверх, сказать: "Га-га!". Вернуться в исходное положение, повторить 5 раз), На лугу гуляет гусь, Эту птицу я боюсь: Гусь шипит и нападает, Кверху крылья распускает (исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки за спиной. Наклониться вперед, сказать: "Ш-ш-ш". Вернуться в исходное положение, повторить 6 раз), Шею тянет и шипит, Испугать всех норовит, Только ты не очень трусь, К солнцу тянется наш гусь (исходное положение: сидя на пятках, руки к плечам. Встать на колени, руки поднять вверх и сцепить кисти "в замок". Вернуться в исходное положение, повторить 5 раз), Рассердился белый гусь На кота Мирошку Я с котами не дерусь, Даже понарошку (исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки за спиной. Низко присесть, голову повернуть и положить на колени, руки опустить. Вернуться в исходное положение, повторить 5 раз), Это кто такой двуногий След оставил на дороге?</p>

		<p style="text-align: center;">Машет крыльями, гогочет, Полететь на юг он хочет (исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены. Несколько пружинок со взмахом рук (вперед — назад), чередовать с ходьбой, повторить 3 раза).</p>				
		<table border="1"> <tr> <td style="vertical-align: top;"> Подвижная игра "Хитрая лиса" Цель: развивать умения детей бегать по сигналу "Я - лиса!", не наталкиваясь друг на друга, развивать вестибулярный аппарат, ориентировку в пространстве, ловкость, быстроту. Дети становятся в круг на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга отчерчивается дом лисы. </td><td style="vertical-align: top;"> Динамическое упражнение "Косолапые мишутки" Цель: развивать двигательные навыки, речь, умение подражать, желание выполнять движения, одновременно проговаривая слова из текста. - Косолапые мишутки Любят сладенький медок. Косолапые мишутки Ягод ели кузовок. Вперевалочку </td><td style="vertical-align: top;"> Подвижная игра "Лохматый пес". Цель: развивать умение у детей двигаться в соответствии с текстом, по сигналу бегать в прямом направлении, не толкаясь; развивать быстроту, ловкость. - Вот лежит лохматый пёс, В лапы свой, уткнувши нос. (Тихо, смирно он лежит, Не то дремлет, не то спит.) Подойдём к нему, </td><td style="vertical-align: top;"> Разноцветный звонкий мячик (вращать руками), По дороге резво скачет (трясти указательным пальцем), Обижаюсь на него (махать указательным пальцем вправо и влево), Не дается в руки (вращать ладошками вверх), Прыгает и прыгает (попеременно поднимать обе руки в кулаках), И не знает скуки (прыгать, сжимая </td></tr> </table>	Подвижная игра "Хитрая лиса" Цель: развивать умения детей бегать по сигналу "Я - лиса!", не наталкиваясь друг на друга, развивать вестибулярный аппарат, ориентировку в пространстве, ловкость, быстроту. Дети становятся в круг на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга отчерчивается дом лисы.	Динамическое упражнение "Косолапые мишутки" Цель: развивать двигательные навыки, речь, умение подражать, желание выполнять движения, одновременно проговаривая слова из текста. - Косолапые мишутки Любят сладенький медок. Косолапые мишутки Ягод ели кузовок. Вперевалочку	Подвижная игра "Лохматый пес". Цель: развивать умение у детей двигаться в соответствии с текстом, по сигналу бегать в прямом направлении, не толкаясь; развивать быстроту, ловкость. - Вот лежит лохматый пёс, В лапы свой, уткнувши нос. (Тихо, смирно он лежит, Не то дремлет, не то спит.) Подойдём к нему,	Разноцветный звонкий мячик (вращать руками), По дороге резво скачет (трясти указательным пальцем), Обижаюсь на него (махать указательным пальцем вправо и влево), Не дается в руки (вращать ладошками вверх), Прыгает и прыгает (попеременно поднимать обе руки в кулаках), И не знает скуки (прыгать, сжимая
Подвижная игра "Хитрая лиса" Цель: развивать умения детей бегать по сигналу "Я - лиса!", не наталкиваясь друг на друга, развивать вестибулярный аппарат, ориентировку в пространстве, ловкость, быстроту. Дети становятся в круг на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга отчерчивается дом лисы.	Динамическое упражнение "Косолапые мишутки" Цель: развивать двигательные навыки, речь, умение подражать, желание выполнять движения, одновременно проговаривая слова из текста. - Косолапые мишутки Любят сладенький медок. Косолапые мишутки Ягод ели кузовок. Вперевалочку	Подвижная игра "Лохматый пес". Цель: развивать умение у детей двигаться в соответствии с текстом, по сигналу бегать в прямом направлении, не толкаясь; развивать быстроту, ловкость. - Вот лежит лохматый пёс, В лапы свой, уткнувши нос. (Тихо, смирно он лежит, Не то дремлет, не то спит.) Подойдём к нему,	Разноцветный звонкий мячик (вращать руками), По дороге резво скачет (трясти указательным пальцем), Обижаюсь на него (махать указательным пальцем вправо и влево), Не дается в руки (вращать ладошками вверх), Прыгает и прыгает (попеременно поднимать обе руки в кулаках), И не знает скуки (прыгать, сжимая			

		<p>Педагог предлагает закрыть глаза, обходит круг за спинами детей и говорит: "Я иду искать в лесу хитрую и рыжую лису!"</p> <p>Затем дотрагивается до одного из играющих. Тот становится хитрой лисой.</p> <p>Дети открывают глаза, внимательно присматриваются друг к другу.</p> <p>Надо догадаться, кто хитрая лиса.</p> <p>Дети три раза хором спрашивают (тихо, громко): "Хитрая лиса, где ты?".</p>	<p>идут, Кузовки свои несут Да бочонки для детей, Для детей и для гостей.</p> <p>Д. Ахметова.</p>	<p>разбудим И посмотрим, что же будет.</p> <p>Дети подкрадываются к собачке, тихо-тихо зовут:</p> <p>"Собачка, собачка, поиграй с нами!"</p> <p>Собачка "лает", дети разбегаются, пес старается поймать детей.</p> <p>Примечание: пойманнным считается тот, кого задели рукой.</p> <p>Игра повторяется несколько раз.</p>	<p>обе руки в кулаки), За мячом щенок бежит (медленно бежать), Эй, машина, не дави! (крутить руль машины).</p>
--	--	---	---	---	--

			<p>Хитрая лиса выходит в круг, поднимает руку вверх, кричит: "Я здесь!".</p> <p>Все разбегаются по площадке, а лиса их ловит. Пойманных отводят в нору (сторону).</p> <p>Примечание: лиса ловит после третьего клича; пойманным считается тот, кого задели рукой.</p> <p>Игра повторяется несколько раз.</p>			
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00		Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)			
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>2. Младшая группа</p> <p>«_____» "Мой новогодний"</p>		<p>1. Группа раннего возраста</p> <p>«_____» "Ищем новогодние подарки".</p>	<p>2. Младшая группа</p> <p>«_____» "Новый мяч". Задачи: учить детей ловить</p>	<p>1. Группа раннего возраста</p> <p>«_____» "Поможем собрать подарки в мешок деду</p>

		<p>подарок".</p> <p>Цель: обучить упражнениям в бросание и ловле мяча; развивать мышцы туловища; воспитывать бережное отношение к своему здоровью; создавать новогоднее настроение.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Новый мяч". Цель: продолжать формировать навыки бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом, на носках, координирование движения рук и</p>	<p>Задачи:</p> <p>упражнять в ходьбе и беге, используя всю площадь зала; пролезать под дугу на четвереньках; закреплять умения правильно координировать движение рук и ног, метать; упражняться в сохранении равновесия при ходьбе по скамейке; в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Давайте прокатим мяч".</p>	<p>мячик, который им бросает педагог, кидать мячик обратно; развивать мышцы туловища, рук и пальцев; развивать культурно-гигиенические навыки.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Быстрая ходьба". Цель: закрепить навыки катания мячей друг другу, навыки метания в горизонтальную цель, в даль, метание в вертикальную цель правой и левой рукой.</p>	<p>Морозу".</p> <p>Задачи:</p> <p>упражнять в ходьбе и беге, используя всю площадь зала; пролезать под дугу на четвереньках; закреплять умения правильно координировать движение рук и ног, метать; формировать правильную осанку у детей во время ходьбы, бега, упражнений и игры.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Бросание мяча в цель".</p> <p>Задачи:</p> <p>продолжать формировать</p>
--	--	---	---	--	---

		<p>ног, соблюдая интервал, меняя направление.</p> <p>Учить ходить по бревну.</p>	<p>Задачи: закрепить умения детей прокатывать мяч сидя в ворота; развивать навыки складывания мячей в корзину; развивать координацию движений рук; умение ориентироваться в пространстве, активизировать прослеживающую функцию глаза; развивать умение устанавливать причинно-следственные связи; пополнять знания о природных явлениях, происходящих в зимний период; воспитывать любовь к</p>		<p>навыки катания мячей друг другу, бросать мяча двумя руками от груди, двумя руками, метать в горизонтальную цель, в даль, метание в вертикальную цель правой и левой рукой.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Дед Мороз несет подарки". Цель: формировать навыки ходьбы по бревну; навыки перешагивания через набивной мяч с разными положениями рук; совершенствовать навыки ходьбы в колонне по</p>
--	--	--	--	--	---

				<p>физической культуре.</p> <p>3. Средняя группа</p> <p>«_____» "Новый мяч".</p> <p>Задачи:</p> <p>продолжать формировать навыки бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом, на носках, координирование движения рук и ног, соблюдая интервал, меняя направление.</p> <p>Учить ходить по бревну.</p> <p>4. Старшая группа</p> <p>«_____» "Соревнования на быстроту".</p>	<p>одному; навыки бега в чередовании с ходьбой.</p> <p>5. Предшкольная группа</p> <p>«_____» "Польза витаминов".</p> <p>Закрепление</p> <p>Задачи:</p> <p>закреплять знания детей о пользе овощей и фруктов для жизни человека;</p> <p>закреплять умения перестраиваться в несколько колонн, навыки удара мяча об пол поочередно правой и левой рукой с продвижением вперед на</p>
--	--	--	--	--	--

				<p>Цель: развивать умение кружиться вокруг себя; перешагиванию через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 сантиметров от пола.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Прыжки в высоту".</p> <p>Цель: продолжать развивать навыки движения вперед, прыжков в высоту до 20 см, бегать направо, налево.</p>		расстояние 5 м; совершенствовать физические качества, развивать навыки здорового образа жизни.
Прогулка	11.10 - 12.10			Nаблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.		
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00			Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.		

Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.					
Альтернативная программа	16.00 - 17.00		3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.					

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница

		25.12.2023г.	26.12.2023г.	27.12.2023г.	28.12.2023г.	29.12.2023г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55		Подготовка к утренней гимнастики			
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45		<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p style="text-align: center;">Посчитаем мы один, Ручки вверх поднять хотим. Ручки вытянем и два, Начинается игра. Вперед, назад посмотрим - три. Что-то новое, смотри. Ручки опустим, четыре и пять, Будем весело играть.</p> <p style="text-align: center;">Комплекс общеразвивающих упражнений (с листочками)</p> <p>1). ИП: стоя, ноги на ширине плеч, листочки в опущенных руках вдоль туловища. 1- вытянуть руки вперед, 2-3 помахать, 4- ИП. Повторить 4 раза.</p> <p>2). ИП: стоя, ноги на ширине плеч, листочки в опущенных руках вдоль туловища. 1- поднять руки вверх, 2-3 - помахать, 4- ИП. Повторить 4 раза.</p> <p>3). ИП: стоя, ноги на ширине плеч, листочки в опущенных руках вдоль туловища. 1- вытянуть руки вперед, 2 повернуться в одну сторону, 3 - вперед, 4- ИП. Повторить по 2 раза на каждую сторону.</p> <p>4). ИП: стоя, ноги шире плеч, листочки в опущенных руках вдоль туловища. 1- наклониться вперед, коснуться листочками носков, 2- ИП. Повторить 4 раза.</p> <p>5). Прыжки на месте, руки с листочками перед собой, согнуты в локтях. 8 раз. С переходом в марш 8 раз. Повторить 2 раза.</p> <p>6). Упражнение на дыхание.</p>			

Основные	Игра малой	Игра-	Подвижная игра	Фонемо-
----------	------------	-------	----------------	---------

		двигательные упражнения. 1). Подлезание боком в обруч, расположенного вертикально на полу. 2). Ползание на четвереньках, подлезание под дугу. Дети делятся на две группы, педагог показывает, объясняет.	подвижности "По ровненькой дорожке". Цель: развивать двигательные навыки, слуховое внимание. Дети идут по кругу, взявшись за руки, и выполняют движения в соответствии с текстом. "По ровненькой дорожке Шагают наши ножки. Идти по кругу, взявшись за руки. Через камушки, через камушки Перешагивают ножки. Поднимать колени вверх. По тропинке, по тропинке	упражнение "Сбей кеглю". Цель: развивать прокатывания мяча по прямой до цели, умение быть внимательным, ловким и терпеливым. Оборудование: набор кеглей, большой мяч. Для выполнения упражнения необходима ровная поверхность.	"Воробушки и кот". Цель: развивать у детей умение двигаться в пространстве, не задевая товарищей; действовать по сигналу. Дети вдоль участка: на скамейках, на брусьях. Это воробушки на крыше или в гнездышках. Поодаль сидит кошка – педагог. "Воробушки полетели!" - говорит педагог. Воробушки спрыгивают с крыши, расправив крылья – руки в стороны. Бегают врассыпную по	ритмическая считалка. "Утро, день, вечер, ночь" Цель: закреплять представления о частях суток; развивать двигательные навыки, координацию, внимание, умения соотносить движения с словами из текста. Время не стоит, идет, (Покачивания указательным пальцем, марш на месте) Топ и топ, топ и топ, По часам в круговорот, (Руки на поясе, покачивания головой влево-вправо) Тик-так,
--	--	--	---	--	---	---

			<p>Побежали ножки. Бег, не отпуская рук. В ямку – бух! Остановиться, расцепив руки, присесть на корточки. Вылезли из ямки. Игра повторяется, но теперь дети идут в другую сторону.</p>		<p>всему участку. "Кошка спит". Просыпается, произносит "мяу – мяу!", бежит догонять воробушков, которые прячутся, заняв свои места.</p>	<p>тик-так. Утро, день, вечер, ночь. (Руки вверх, руки в стороны, руки вниз, руки в полочку перед собой) Утро, день, вечер, ночь. Время не стоит, идет: (Марш на месте) Утро, день, вечер, ночь. Утро, день, вечер, ночь. (Руки вверх, руки в стороны, руки вниз, руки в полочку перед собой) Утро, день, вечер, ночь. Утро, день, вечер, ночь. Утро, день, вечер, ночь. Д. Ахметова</p>
Прдготовка к ОД	08.50 - 09.00					Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "Мой новогодний"		1. Группа раннего возраста «_____» "Играем в"	2. Младшая группа «_____» "Взберемся на"	1. Группа раннего возраста «_____» "Прыгаем как"

	<p>подарок".</p> <p>Задачи: учить детей ходьбе по наклонной доске, упражнять в метании на дальность от груди, приучать детей согласовывать движения с движениями других детей, действовать по сигналу.</p> <p>2. Младшая группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Мой новогодний подарок".</p> <p>Задачи: учить детей ходьбе по наклонной доске, упражнять в метании на дальность от груди, приучать</p>	<p>снежки".</p> <p>Задачи: создать условия для комфортной двигательной активности детей; упражнять в ходьбе и беге по одному, бросать шарик на дальность правой и левой рукой, быстро реагировать на сигнал, упражнять детей в ходьбе, закреплять умение не терять равновесие.</p> <p>2. Младшая группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Поймай мяч".</p> <p>Задачи: совершенствовать навык в бросание и ловле мяча;</p>	<p>горку".</p> <p>Задачи: учить детей ползанию на коленях опираясь на ладони рук и подлезанию под дугу; развивать мышцы рук, ног, туловища; развивать ловкость и гибкость.</p>	<p>Кенгуру".</p> <p>Задачи: познакомить детей с выполнением прыжка вперёд на двух ногах. Научить метанию в горизонтальную цель, в определённом направлении. Упражнять в ходьбе и беге не наталкиваясь друг на друга.</p> <p>3. Средняя группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Мы любим кататься".</p> <p>Задачи: формировать навыки ходьбы приставным шагом вперед, приставным</p>
--	--	---	--	--

		<p>детей согласовывать движения с движениями других детей, действовать по сигналу.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Быстрая ходьба". Задачи: закрепить навыки катания мячей друг другу, навыки метания в горизонтальную цель, вдаль, метание в вертикальную цель правой и левой рукой.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Прыжки в длину". Цель: формировать</p>	<p>развивать мышцы туловища; закреплять умение ориентироваться в пространстве; воспитывать бережное отношение к своему здоровью; создавать новогоднее настроение.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Скользим на санях". Задачи: формировать навыки построения в строю, находить свое место в строю, круге (по зрительным ориентирам) ходьба</p>	<p>шагом назад, привлекать к совместным подвижным играм, правилам позитивных взаимоотношений .</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Зимние эстафеты". Цель: совершенствовать навыки прыжка на месте, на двух ногах; развивать навыки ходьбы в колонне по одному, на носках; навыки бега на носках; навыки катания обруча.</p> <p>5. Предшкольная группа</p>
--	--	--	---	--

		<p>навыки ходьбы в колонне по одному, по два; на носках; навыки ходьбы между линиями (расстояние 10 сантиметров); навыки прыжка на месте на двух ногах; овершенствовать основные виды движений в ходьбе и беге, прыжках и ползании.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Бросание и ловля мяча с продвижением вперед на расстоянии 5 метров". Задачи: научить в</p>	<p>приставным шагом вперед, приставным шагом назад, с высоким подниманием колен; прыжки с ноги на ногу.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Зимние забавы". Цель: формировать навыки ходьбы в колонне по одному, на носках; навыки бега на носках; учить катать обручи; продолжать формировать физические качества, ловкость, выносливость, умение сохранять координацию</p>	<p>«_____» "Игры удар мяча о землю". Задачи: учить детей на каждом шагу по доске с переносом мяча из рук в руки, отбивании о землю.</p>
--	--	---	--	---

		<p>ведении мяча левой и правой рукой ударяя об пол, с продвижением вперед на расстоянии 5 метров.</p>		<p>движений, равновесие.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Удар мяча о землю поочередно". Задачи: продолжать развивать навыки ходьбы по скамейке, чередуя мяч на каждом шагу из рук в руки; в отбивании о землю.</p>		
Прогулка	11.10 - 12.10	Nаблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная	16.00 - 17.00	1. Группа раннего	3. Средняя группа	3. Средняя группа	4. Старшая группа	1. Группа раннего

программа		возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	«_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	«_____» 16.10 - 16.30 4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	«_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организацио нные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Циклограмма организованной деятельности инструктора по физической культуре на 2023 -2024 уч. год

Организации образования (детский сад /мини-центр/ предшкольный класс) _____
На какой период составлен план (указать дни недели, месяц, год): январь, 2023-2024 год

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		01.01.2024г.	02.01.2024г.	03.01.2024г.	04.01.2024г.	05.01.2024г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ Комплекс общеразвивающих упражнений с погремушками. 1. Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки вниз. 1.1.Исходное положение: поднять руки вверх, встряхивают погремушки двумя руками. 1.2. Исходное положение: (повтор 4-5р). 2. Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки вниз. 2.1.Исходное положение: повороты направо, встряхивают погремушками. 2.2.Исходное положение. 2.3. Исходное положение: повороты налево, встряхивают погремушками. 2.4.Исходное положение: (повтор 4р). 3. Исходное положение: сидя на полу, ноги врозь, руки в стороны. 3.1.Исходное положение: ноги вместе, поднять руки вверх, встряхнуть погремушками. 3.2.Исходное положение: (повтор 4р). 4. Исходное положение: ноги вместе, корпус расслаблен, руки вниз. 4.1.Исходное положение: погремушки сзади, прыжки на месте.				

4.2.Исходное положение: (повтор 4р).				
		Игра малой подвижности "Флажок". Цель: учить детей вслушиваться, реагировать на своё имя. Дети стоят по кругу, один ребенок в середине с флажком. Воспитатель ведет детей по кругу и говорит: - Дети стали в кружок, выди, Оля, в кружок. Увидали флажок, возьми, Оля, флажок! Кому дать, кому дать? Петя, выди, возьми И флажок	Упражнение "Зимняя пляска". Формирование оптимальной двигательной активности детей, доставление детям радости от игры. - Мы погреемся немножко, Мы похлопаем в ладошки. Хлоп! (10 раз), Рукавички мы надели, Не боимся мы метели. Да! (10 раз), Ножки тоже мы погреем, Мы попрыгаем скорее. Прыг! (10 раз), Мы с морозом	Подвижная игра "Зайка беленький сидит". Цель: приучать детей слушать текст и выполнять движения в соответствии с текстом, учить подпрыгивать, хлопать в ладоши, убегать, услышав последнее слово текста, доставить детям радость. Педагог предлагает детям выбежать на полянку. Дети садятся на корточки вокруг педагога, выполняют движения в соответствии с

			<p>подними. Ребенок выходит в середину и берет флагожок у того, кто стоит в центре, а тот уходит в общий круг. Игра повторяется, ребенок в центре тоже ходит подняв флагожок. Ходить надо красиво и ритмично.</p>	<p>подружились, Как снежинки закружились. Так! (10 раз).</p>	<p>текстом: - Зайка беленький сидит И ушами шевелит. Вот так, вот так, Он ушами шевелит. Зайке холодно сидеть, Надо лапочки погреть, Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп, Надо лапочки погреть. Зайке холодно стоять, Надо зайке поскакать, Скок, скок, скок, скок Надо зайке поскакать. Мишка зайку испугал, Зайка прыг и ускакал.</p>
--	--	--	---	--	--

Подготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15			Игры и развлечения по программе каникул.	Игры и развлечения по программе каникул.	Игры и развлечения по программе каникул.
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00			3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30 4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		08.01.2024г.	09.01.2024г.	10.01.2024г.	11.01.2024г.	12.01.2024г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений с полотенцами.</p> <p>1. Исходное положение: ноги врозь, корпус прямой, руки вниз. 1.1. Дети закрывают лицо полотенцем и произносят «найди меня». 1.2. Исходное положение: (повтор 4-5р).</p> <p>2. Исходное положение: ноги врозь, корпус прямой, руки вниз. 2.1. Повороты на право, вытягивая руки, мнут полотенце и произносят «стираем». 2.2. Исходное положение: (повтор на левой стороне и 4 р).</p> <p>3. Исходное положение: сидят на полу, ноги врозь, полотенца на коленках. 3.1. Ложатся на спинку, закрывают полотенцем лицо и произносят «поспим». 3.2. Исходное положение: (повтор 3р).</p> <p>4. Исходное положение: ноги вместе, корпус расслаблен, руки вниз. 4.1. Полотенце на уровне груди, прыжки на месте. 4.2. Исходное положение: (повтор 3 р).</p>				
		Динамическое	Дыхательная	Малоподвижная	Музыкально-	Подвижная игра

	<p>упражнение. - На холме стоит рябинка, Держит прямо, ровно спинку (потягивания - руки вверх), Ей не просто жить на свете — Ветер крутит, вертит ветер (вращение туловищем вправо и влево), Но рябинка только гнётся, Не печалится — смеётся (наклоны в стороны), Вольный ветер грозно дует На рябинку молодую (дети машут руками, изображая ветер).</p>	<p>гимнастика "Ветерок". Цель: побуждать к выполнению дыхательных упражнений, развивать умение подражать показу взрослого, вызывать чувство радости.</p>	<p>игра "Летает, летает". Участники игры должны следовать словам ведущего. Когда воспитатель называет летающую птицу или объект, дети поднимают руки, а когда упоминается нелетающий объект, дети опускают руки.</p>	<p>ритмическое упражнение "Мы - веселые матрешки". Цель: побуждать к выполнению музыкально-ритмических упражнений по показу, развивать положительные эмоции, чувство радости.</p>	<p>"Зайцы и волк". Цель: развивать умения детей двигаться по сигналу, бегать врассыпную, не сталкиваясь друг с другом; развивать навыки бега.</p>
--	--	--	---	---	---

		<p>ф... И качает так листок — ф-ф-ф... (Активный выдох)</p>	<p>поднимают руку), Лети, лети, ворона! (дети поднимают руку).</p>	<p>ладушки.</p>	<p>кусты, под деревья. Волк пытается догнать их. Во время игр детей педагог может говорить: Зайки скачут, скок-поскок, На зеленый на лужок. Травку щиплют кушают, Осторожно слушают, Не идет ли волк. Дети выполняют действия, о которых говорится в стихотворении. С окончанием слов появляется волк и начинает ловить зайцев. Ребенок, исполняющий роль волка</p>
--	--	---	--	-----------------	---

						должен быть подальше от кустов, где прячутся дети.
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "Прыгаем в сугроб". Задачи: учить детей ползать по гимнастической скамейке и спрыгивать с нее, упражняться в катании мяча в цель, в ходьбе и беге не наталкиваясь друг на друга; совершенствовать умение реагировать на сигнал педагога; способствовать развитию чувства	1. Группа раннего возраста «_____» "Ходим по зимней дорожке". Задачи: учить детей ползать по гимнастической скамейке и спрыгивать с нее, упражняться в катании мяча в цель, в ходьбе и беге не наталкиваясь друг на друга; совершенствовать умение реагировать на сигнал педагога; способствовать воспитанию	2. Младшая группа «_____» "Не мерзнут ножки в снегу". Задачи: учить детей прыжкам на двух ногах на одном месте; обучать навыкам допрыгивания на двух ногах до расстояния до 1 м, навыки сохранения равновесия тела во время прыжков; развивать мышцы тела, рук и ног; воспитывать дружелюбное	1. Группа раннего возраста «_____» "Вот, как хрустит снег". Задачи: учить детей ходьбе по наклонной доске, в метании на дальность правой и левой рукой, способствовать развитию ловкости, преодолению робости, учить дружно играть.	3. Средняя группа «_____» "Кругом белым-бело".

		<p>равновесия и глазомера.</p> <p>2. Младшая группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Как мы лазаем".</p> <p>Задачи:</p> <p>совершенствовать умения детей подлезать под дугу, грудью вперед; выполнять общеразвивающие упражнения с кеглями; развивать мышцы рук, тела, ног; развивать координацию движений, умение ориентироваться в пространстве и быстро бегать, не натыкаясь друг на друга в подвижной игре</p>	<p>выдержки, смелости, развитию чувства равновесия и глазомера.</p> <p>2. Младшая группа</p> <p>«_____»</p> <p>"В здоровом теле - здоровый дух".</p> <p>Задачи:</p> <p>упражнять детей в лазанье под дугу; выполнять общеразвивающие упражнения с мячом; развивать мышцы рук, тела, ног; развивать элементарные навыки попадания мячом в цель, умение энергично отталкивать мяч в заданном направлении, развивать</p>	<p>отношение к окружающему миру.</p>	<p>Задачи:</p> <p>формировать навыки вползания в обруч, расположенного вертикально на полу; навыки сохранения равновесия при ходьбе, по веревке лежащему на полу.</p> <p>4. Старшая группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Поиграем в снежки".</p> <p>Цель:</p> <p>формировать навыки ходьбы на носках, пятках, на внешних сторонах стопы; навыки ползания на четвереньках по горизонтальной скамейке, навыки прыжка на месте</p>
--	--	--	---	--------------------------------------	--

	<p>"Ловим рыбу"; прививать интерес к подвижной игре, дополнять знания о питании медведя; воспитывать у детей положительные эмоции, хорошее настроение и бережное отношение к своему здоровью.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Наш веселый каток". Задачи: Формировать навыки бега в разных направлениях; навыки прыжка с ноги на ногу, прямой галоп,</p>	<p>фиксацию взора, координацию движений в подвижной игре "Сбей кеглю"; прививать интерес к подвижной игре, дополнять знания о жизни медведя в зимний период; воспитывать у детей положительные эмоции, хорошее настроение и бережное отношение к своему здоровью.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Танцуют снежинки". Задачи: формировать навыки бега в разных</p>	<p>двумя ногами; совершенствовать навыки ходьбы на носках; навыки бега на носках.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Катание мяча в прямом направлении с расстояния 3 метра". Цель: учить катать мяч в прямом направлении с расстояния 3 метра.</p>
--	--	---	---

	<p>подпрыгивание на двух ногах (ноги вместе – ноги врозь).</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Ползаем змейкой".</p> <p>Задачи:</p> <p>формировать навыки ходьбы в колонне по одному; навыки ходьбы на носках, пятках, на внешних сторонах стопы; навыки бега на носках; совершенствовать навыки прыжка на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____»</p>	<p>направлениях, в быстром (до 10 – 20 метров), непрерывно в медленном темпе (в течение 50-60 сек.); навыки подпрыгивания на двух ногах (ноги вместе – ноги врозь).</p> <p>Воспитывать интерес к активной двигательной деятельности и потребности в ней.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Дорожки на снегу".</p> <p>Цель:</p> <p>формировать навыки бросания и ловли мяча друг другу снизу;</p>	
--	--	--	--

		<p>"Ходьба с мячом зажатым между двумя ногами". Цель: учить держать мяч между двумя ногами. ходить по наклонной доске.</p>	<p>навыки прыжка на месте двумя ногами. Совершенствование навыки ходьбы на носках; навыки бега на носках.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Отработка переноса мяча между двумя лодыжками". Цель: отрабатывать навыки переноса мяча между двумя лодыжками, учить ходить по канату с мешком на голове, боком, шаг за шагом.</p>	
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.		
Самостоятельная	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к		

работа в зале		семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.					
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.					
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.					

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		15.01.2024г.	16.01.2024г.	17.01.2024г.	18.01.2024г.	19.01.2024г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p style="text-align: center;">Комплекс общеразвивающих упражнений с флагжками.</p> <p>1. Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, флагжок в одной руке.</p> <p>1.1. Исходное положение: поднять руки вверх, наклониться в одну и другую сторону - ""Ветер колышет флагжок"".</p> <p>1.2. Исходное положение: сидя, ноги вытянуть, флагжок в одной руке.</p> <p>1.3. Исходное положение: поднять руку вверх, помахать флагжком над головой и опустить.</p> <p>1.4. Исходное положение: то же выполнить другой рукой. (Повторить 4-5 раз каждой рукой)</p> <p>2. Исходное положение: сидя, ноги врозь, флагжок держат руками вниз.</p> <p>2.1. Исходное положение: выпрямиться, поднять флагжок вверх.</p> <p>2.2. Исходное положение: (повтор 3р).</p> <p>3. Исходное положение: ноги вместе, корпус расслаблен, флагжки на коленях.</p> <p>3.1. Исходное положение: положение лежа, поднимают флагжок вверх.</p> <p>3.2. Исходное положение: (повтор 3 р).</p> <p>4. Исходное положение: сидя, ноги врозь, флагжок держат руками вниз.</p> <p>4.1. Флагжки на уровне груди, прыжки на месте.</p> <p>4.2. Исходное положение: (повтор 3 р).</p>				
		Упражнение "Подпрыгни до	Подвижная игра "Паровозик".	Малоподвижная игра "По	Музыкально-ритмическое	Подвижная игра "Лови-бросай, не

	<p>ладошки". Цель: формировать навыки выполнения прыжков на месте, развивать внимание, ловкость, быстроту реакции и движений, чувство равновесия.</p> <p>Педагог подзывает детей, протягивает свою руку над их головами и предлагает дотянуться до ладони педагога рукой, а затем подпрыгнуть повыше, так, чтобы дотронуться до ладони головой.</p> <p>Руку педагог</p>	<p>Цель: научить детей двигаться в разном направлении, не наталкиваясь друг на друга.</p> <p>- Чух-чух! Чух-чух,</p> <p>Мчится поезд во весь дух.</p> <p>Загудел паровоз и вагончики повез;</p> <p>Я пыхчу, пыхчу, пыхчу.</p> <p>Сто вагонов я ташу.</p> <p>Чух-чу! Чух-чу!</p> <p>Далеко я укачу!</p> <p>Приехали!</p>	<p>ровненькой дорожке". Цель: развивать умение двигаться в соответствии с текстом,</p> <p>воспитывать дружелюбие.</p> <p>Дети идут по кругу, взявшись за руки, и выполняют движения в соответствии с текстом.</p> <p>По ровненькой дорожке</p> <p>Шагают наши ножки.</p> <p>Идти по кругу, взявшись за руки.</p> <p>Через камушки, через камушки</p> <p>Перешагивают ножки.</p> <p>Поднимать колени вверх.</p> <p>По тропинке, по</p>	<p>упражнение "Волшебные ладошки". Похлопаем в ладошки, похлопаем немножко, Похлопаем в ладошки. Очень хорошо!</p> <p>Похлопаем в ладошки, похлопаем немножко, Похлопаем в ладошки. Очень хорошо! (дети хлопают в ладоши),</p> <p>И пальчики попляшут, и пальчики попляшут, И пальчики попляшут, и пальчики попляшут,</p> <p>У маленьких</p>	<p>роняй!" Цель: развивать координацию движений, ловкость, фиксацию взора.</p> <p>Ход. Дети стоят в кругу, педагог - в центре. Он перебрасывает мяч и ловит обратно, говоря: "Лови, бросай, упасть не давай!". Текст произносит не спеша, чтобы успеть поймать и бросить мяч.</p> <p>Расстояние постепенно увеличивается: от 1 до 2 м и более.</p> <p>Правила: ловить мяч, не прижимая его к груди; бросать точно взрослому двумя руками в</p>
--	--	---	--	---	---

		держит на небольшом расстоянии от головы детей.	тропинке Побежали ножки. Бег, не отпуская рук. В ямку – бух! (Остановиться, расцепив руки, присесть на корточки.) Вылезли из ямки. Игра повторяется, но теперь дети идут в другую сторону.	ребят. И пальчики попляшут, и пальчики попляшут, А девочки и мальчики все ровненько сидят (дети показывают фонарики).	соответствии с ритмом произносимых слов.
Подготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)			
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "Далеко забросим снежок". Задачи: учить детей бросать и ловить мяч, упражняять ходьбе по наклонной доске и ползании на четвереньках,	1. Группа раннего возраста «_____» "По лесной тропинке". Задачи: упражнять в различных видах ходьбы (обычная, на носках, с высоким подниманием	2. Младшая группа «_____» "Звери в зимнем лесу". Задачи: учить детей и совершенствовать навыки ходьбы по наклонной доске; приучать ходить, глядя вперед,	1. Группа раннего возраста «_____» "Мы умеем водить хороводы". Задачи: учить детей ходьбе по кругу, взявшись за руки, упражняять в ползании на четвереньках,

	<p>упражнять детей в разных видах ходьбы и бега, развивая быстроту, ловкость, внимание; воспитывать интерес к занятиям физическими упражнениями.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Снег - это зимняя забава". Задачи: отрабатывать умение выполнять подскoki на двух ногах стоя на месте; продолжать совершенствовать умение детей прыгать на двух</p>	<p>колен, с имитацией ходьбы на лыжах, беге друг за другом; закреплять, умение переходить из обруча в обруч; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке (руки на пояссе), в ходьбе змейкой, с подлезанием под дугу; развивать силу, быстроту, ловкость, уверенность в себе.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Как прекрасна зима". Задачи:</p>	<p>держать равновесие, держать руки свободно; развивать мышцы рук; туловища, ног, совершенствовать навыки сохранения равновесия.</p>	<p>переступании через препятствия, катании мяча, учить ходить на носочках, приучать соблюдать определенное направление.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Мишка любит спать". Задачи: закрепить навыки бега в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; навыки хождения по прямой дорожке; воспитывать волевые качества.</p> <p>4. Старшая группа «_____»</p>
--	--	---	--	---

		<p>ногах с продвижением вперед, через ленточку, скакалку; закрепить умение катать мяч друг другу в прямом направлении, отталкивать его энергично; развивать координацию движения рук, ловкость; умение ориентироваться в пространстве; воспитывать самостоятельность, дружеские отношения.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Веселые танцы". Задачи: продолжать формировать</p>	<p>закрепление и обобщение умений прыгать на двух ногах с продвижением вперед (в длину); выполнять подскoki на двух ногах стоя на месте; привитие навыков сохранения равновесия тела при прыжках; отработка основных видов движений и общеразвивающих упражнений.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Спящий медведь". Задачи: продолжать формировать навыки</p>	<p>"Игры о зверятах". Задачи: развивать навыки ходьбы по два, на носках, на пятках, на внешних сторонах стопы, навыки ходьбы с высоким подниманием колена, навыки ползания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Безопасность в доме". Закрепление. Цель: расширить и уточнить знания детей о безопасном</p>
--	--	---	--	--

	<p>навыки вползания в обруч, навыки лазанья под дугой; развивать навыки построения в строю, находить свое место в строй.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Мы ловче зверят". Задачи: продолжать формировать навыки ходьбы на носках, пятках, на внешних сторонах стопы, навыки бега с высоким подниманием колен, бросания мяча из-за головы и ловли его.</p> <p>5. Предшкольная</p>	<p>построения в строю, находить свое место в строю, круге; развивать навыки бросания мяча двумя руками от груди, двумя руками вверх; навыки сохранения равновесия при ходьбе по прямой дорожке.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Ходим, прыгаем, ползаем как зверята". Задачи: продолжать формировать навыки бросания мяча из-за головы и ловля его; навыки ходьбы по гимнастической</p>	<p>поведении в доме; закреплять умения вращать обручи и проходить через них, метать мешок правой рукой с расстояния 4 м в вертикальную цель; совершенствовать физические качества.</p>
--	---	---	--

		<p>группа «_____» "Упражнения с мячом". Цель: упражнять в ходьбе через скакалку, в метании мяча, мешка правой рукой в вертикальную цель выше плеча.</p>	<p>скамейке; развивать навыки ходьбы на носках, пятках, на внешних сторонах стопы.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Эстафеты с мячом". Цель: учить вращать обручи и проходить через них; развивать навыки упражнений с мячом, бега.</p>	
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.		
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.		
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.		

Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30
		2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		22.01.2024г.	23.01.2024г.	24.01.2024г.	25.01.2024г.	26.01.2024г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений с кубиками.</p> <p>1. Исходное положение: ноги врозь, корпус прямой, руки вниз. 1.1. Дети вытягивая руки вперед раскрывают ладонь, произносят "вот". 1.2. Исходное положение: (упр.повторяется 4-5р).</p> <p>2. Исходное положение ноги: врозь,корпус прямой, держат кубики на уровне груди. 2.1. Повороты на право, вытягивая руки показывают кубики и произносят "вот","вот". 2.2. Исходное положение: (упр.повторяется на левой стороне и 4р).</p> <p>3. Исходное положение: ноги врозь,корпус расслаблен,руки вниз. 3.1. Сесть на пол, вытягивая руки вперед произносят "вот". 1.2. Исходное положение: (повторить 4-5р). 3.2. Исходное положение (повторить 3р).</p> <p>4. Исходное положение: ноги вместе,корпус расслаблен, держат кубики на уровне груди. 4.1. Прыжки на месте, руки на уровне груди, сжать ладони. 4.2. Исходное положение: ладонь раскрыта, прознести ""вот""(повторить 3р).</p>				
		Упражнение "Ветер тихо клен качает". Цель: развивать двигательные	Казахская народная игра "Тенге алу". Цель: формировать	Динамическое упражнение. На холме стоит рябинка, Держит прямо, ровно	Подвижная игра "Птички летают". Цель: учить детей по сигналу бегать	Музыкальная игра "Зайчики и лисичка". Игра способствует

		<p>навыки, понимание речи, умение выполнять упражнения по показу; развивать положительные эмоции, чувство радости от выполнения движений..</p> <p>Ветер тихо клен качает, (ноги на ширине плеч), Вправо, влево наклоняет: (руки за голову), Раз - наклон и два - наклон, (наклоны туловища), Зашумел листвою клен (вправо и влево).</p>	<p>умения выполнять движения согласно сигналу, показу взрослого; развивать физические качества, внимание, мышление, мелкую моторику рук, позитивные эмоции.</p> <p>Игра проводится с учетом возраста детей.л</p> <p>Педагог разбрасывает "монетки" связанные в узелки (целлофановые в том числе) на определенной площадке.</p> <p>Каждому ребенку выдается мешочек (побольше) для сбора тенге.</p>	<p>спинку (потягивания - руки вверх), Ей не просто жить на свете — Ветер крутит, вертит ветер (вращение туловищем вправо и влево), Но рябинка только гнётся, Не печалится — смеётся (наклоны в стороны), Вольный ветер грозно дует На рябинку молодую (дети машут руками, изображая ветер).</p>	<p>врассыпную, бегать, неталкиваясь друг на друга.</p> <p>Педагог указывает на то, что птички сидят в домиках.</p> <p>На сигнал "Птички летают!" дети бегают по площадке, изображая птиц.</p> <p>На сигнал "Кот!" "птички улетают" в свои домики.</p> <p>Игра повторяется.</p>	<p>развитию эмоций, выразительности движений.</p> <p>- По лесной лужайке разбежались зайки.</p> <p>Вот какие зайки, зайки-бегайки! (дети легко бегут врассыпную по группе), Сели зайчики в кружок (дети садятся на корточки), Роют лапкой корешок (дети "роют" пальчиками), Вот какие зайки, зайки-бегайки! Вдруг бежит лисичка, рыжая сестричка ("лисичка" пробегает между "зайчиками"),</p>
--	--	---	--	---	--	---

		<p>По сигналу дети расходятся по площадке, собирают "тенге", каждый в свой мешочек.</p> <p>После того, как монетки на площадке закончатся, педагог подзывает детей к себе. Дети вместе со взрослым рассматривают монетки, которые собрали, выражают радость "Вот, сколько много тенге!"</p> <p>Вариант (только в помещении): педагог приглашает детей за столы, где расставлены миски. Каждый игрок высыпает</p>		<p>Ищет, где же зайки, зайки-побегайки! ("зайчики" садятся на корточки и закрывают ладошками лицо).</p>
--	--	--	--	---

		<p>монетки из мешочка в миску. Дети могут "перемешивать" монетки в миске, радоваться процессу манипуляции с предметами. Затем каждый по одной монетке выкладывает на стол. Педагог приговаривает: "Один тенге. Два тенге. Три тенге. Вон, как много тенге собрали! Молодец!" В конце игры педагог следит за тем, чтобы все оборудование было собрано в специальную коробку.</p>		
Подготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)		

ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Ровным кругом". Задачи: закрепить умение детей ходить по кругу, взявшись за руки; стоять в кругу; обучать правильному выполнению физических упражнений; упражнять в ползании на четвереньках, переступая через препятствия; развивать ловкость, самостоятельность.</p> <p>б.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Следы диких</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Вот летали птички, птички-невелички". Задачи: создать благоприятные условия для физического развития и укрепления организма детей раннего возраста; закрепить умение детей ходить в прямом направлении, в ходьбе по ребристой дорожке, повторить ползание и пролезание в обруч; развивать умение действовать по сигналу;</p>	<p>2. Младшая группа «_____» "Покормим птичек зернышками". Задачи: закреплять умения бросать мяч вниз и вперед двумя руками от груди; совершенствовать технику метания мяча из-за головы;</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Покормим птичек". Задачи: закреплять умения бросать мяч вниз и вперед двумя руками от груди; совершенствовать технику метания мяча из-за головы; совершенствовать навык метания правой и левой рукой; расширять умения детей энергично отталкивать или бросать предмет в заданном направлении; пополнять знания о зимующих птицах.</p>
---------------------	---------------	--	--	--	--

		<p>животных".</p> <p>Задачи: научить детей ходить по наклонной доске вверх и вниз; развивать координацию движений в умении ходить по наклонной доске вверх и вниз; развивать умение держать равновесие, глядя вперед и свободно держа руки во время ходьбы; воспитывать честность, организованность, дружеское отношение к сверстникам - воспитывать интерес к занятию.</p> <p>3. Средняя группа</p>	<p>воспитывать дружелюбие, умение играть сообща.</p> <p>2. Младшая группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Какого зверя след?".</p> <p>Задачи:</p> <p>совершенствовать умения детей ходить по прямой дороге и между двумя параллельными линиями (длина – 2,5 м, ширина – 20 см) в прямом направлении;</p> <p>развивать умение делится на две группы и передвигаться как медведь вверх и вниз по наклонной доске</p>	<p>способности, мышцы тела, рук и пальцев; развивать умение выполнять общеразвивающие упражнения с кубиком;</p> <p>воспитывать навыки ловкости и точности при метании;</p> <p> пополнять знания о зимующих птицах.</p>	<p>3. Средняя группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Поможем птицам зимой".</p> <p>Задачи:</p> <p>продолжать формировать навыки бега в быстром темпе;</p> <p>навыки метания в вертикальную цель правой и левой рукой.</p> <p>4. Старшая группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Мы группа заботливых".</p> <p>Цель:</p> <p>формировать навыки бросания мяча вверх, обземлю и ловля его двумя руками, отбивание мяча о землю;</p> <p>совершенствовать</p>
--	--	--	---	--	---

		<p>«_____» "Следы зверей".</p> <p>Задачи: формировать навыки бега в быстром темпе (до 10 – 20 метров); лазания под дугой; развивать умение действовать по сигналу.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Мы выносливее птиц".</p> <p>Цель: формировать навыки бросания мяча вверх, обземлю и ловля его двумя руками, отбивание мяча о землю. Совершенствование навыки ходьбы на носках,на</p>	<p>до намеченного рубежа; развивать умение выполнять общеразвивающие упражнения в парах.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Птицы-наши друзья".</p> <p>Задачи: продолжать формировать навыки подпрыгивание на двух ногах (ноги вместе – ноги врозь); навыки метание в вертикальную цель правой и левой рукой. Совершенствование двигательные умения и навыки.</p> <p>4. Старшая группа</p>	<p>навыки навыки прыжка с продвижением вперед.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Бег с хоп-фитболом между предметами".</p> <p>Цель: учить бегать с хоп-фитболу между предметами, бросать мяч обеими руками над головой в корзину с расстояния 3 метров.</p>
--	--	---	---	--

		<p>пятках, на внешних сторонах стопы; навыки бега с высоким подниманием колена; навыки прыжка с продвижением вперед.</p> <p>5. Предшкольная группа</p> <p>«_____» "Ходьба на четвереньках по бревну". Цель: учить ползать по бревну на четвереньках, опираясь на ладони и ноги.</p>	<p>«_____» "Быстрые и ловкие птички". Цель: формировать навыки построения в колонну по одному, в шеренгу; навыки бега с высоким подниманием колена; навыки перебрасывания мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 метра).</p> <p>5. Предшкольная группа</p> <p>«_____» "Различные упражнения по ползанию,</p>	
--	--	---	--	--

				подлезанию". Цель: учить непрерывному бегу до 2 мин между предметами; обучение ползанию на четвереньках с положенными на спину мешками.		
Прогулка	11.10 - 12.10	Nabлюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____»	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30 4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____»

		16.35 - 17.00				16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		29.01.2024г.	30.01.2024г.	31.01.2024г.	01.02.2024г.	02.02.2024г.
Подготовка к утренней	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				

гимнастики						
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p>1. ИП: стоя, ноги врозь, корпус прямой, кубики в руках внизу туловища; вытянуть руки вперед, раскрыть ладони вверх, произнести "вот"; ип.</p> <p>2. ИП: стоя, врозь, кубики в согнутых руках на уровне груди; повороты направо (налево), вытянуть руки, показать кубики, произнести: "вот", "вот"; ип.</p> <p>3. ИП: стоя, ноги врозь, корпус прямой, кубики в руках внизу туловища; присесть на корточки, вытянуть руки вперед, произнести: "вот"; ип.</p> <p>4. ИП: стоя, ноги вместе, корпус расслаблен, кубики в согнутых руках на уровне груди; прыжки на месте. Ходьба на месте. Повторить прыжки и ходьбу.</p> <p>5. Спокойная ходьба друг за другом.</p>				
		Упражнение "Ветер тихо клен качает". Цель: развивать двигательные навыки, понимание речи, умение выполнять упражнения по показу; развивать положительные эмоции, чувство радости от выполнения движений..	Казахская народная игра "Тенге алу". Цель: формировать умения выполнять движения согласно сигналу, показу взрослого; развивать физические качества, внимание, мышление, мелкую моторику рук, позитивные	Упражнение "Снегири". Бот на ветках, посмотри (4 хлопка по бокам и коленям), В красных майках снегири (4 наклона головы в стороны), Распушили перышки, (махи кистями рук), Греются на солнышке, (хлопки по	Подвижная игра "Птички летают". Цель: учить детей по сигналу бегать врассыпную, бегать, неталкиваясь друг на друга. Педагог указывает на то, что птички сидят в домиках. На сигнал "Птички летают!" дети бегают по	Подвижная игра "Бегите к флагжку". Цель: упражнять детей действовать в соответствии с правилами, ориентироваться на цветовой сигнал, выполнять бег в разных направлениях не наталкиваться друг на друга. Педагог раздает детям флагжи

		<p>качет, (ноги на ширине плеч), Вправо, влево наклоняет: (руки за голову), Раз - наклон и два - наклон, (наклоны туловища), Зашумел листвою клен (вправо и влево).</p>	<p>эмоции.</p> <p>Игра проводится с учетом возраста детей. Педагог разбрасывает "монетки" связанные в узелки (целлофановые в том числе) на определенной площадке.</p> <p>Каждому ребенку выдается мешочек (побольше) для сбора тенге.</p> <p>По сигналу дети расходятся по площадке, собирают "тенге", каждый в свой мешочек.</p> <p>После того, как монетки на площадке закончатся, педагог подзывает</p>	<p>бокам), Головой вертят, (повороты головы), Улететь хотят, "Кыш! Кыш!" (дети разбегаются по группе).</p>	<p>площадке, изображая птиц. На сигнал "Кот!" "птички улетают" в свои домики. Игра повторяется.</p>	<p>двух цветов: красного и синего. Он, держа в одной руке красный, в другой — синий флагжок, разводит руки в стороны; дети группируются со стороны флагжка соответствующего цвета. Затем он предлагает детям погулять по площадке. Пока дети гуляют, педагог переходит на другую сторону и говорит: «Раз, два, три — скорей сюда беги!» - при этом он протягивает руки с флагжками в стороны. Дети бегут к нему и собираются возле флагжка своего</p>
--	--	---	--	--	---	---

		<p>детей к себе. Дети вместе со взрослым рассматривают монетки, которые собрали, выражают радость "Вот, сколько много тенге!" Вариант (только в помещении): педагог приглашает детей за столы, где расставлены миски. Каждый игрок высыпает монетки из мешочка в миску. Дети могут "перемешивать" монетки в миске, радоваться процессу манипуляции с предметами. Затем каждый по одной монетке</p>		цвета.
--	--	--	--	--------

			выкладывает на стол. Педагог приговаривает: "Один тенге. Два тенге. Три тенге. Вон, как много тенге собрали! Молодец!" В конце игры педагог следит за тем, чтобы все оборудование было собрано в специальную коробку.			
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "Голоса леса". Задачи: развивать у детей ловкость и внимание при выполнении общеразвивающих упражнений с мячами; умение		1. Группа раннего возраста «_____» "Выпал снег - всюду шум, всюду смех". Задачи: упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке,	2. Младшая группа «_____» "Ползет котёнок". Цель: упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, ползании на четвереньках и подлезании под	1. Группа раннего возраста «_____» "В гости к Мишутке". Задачи: учить детей ходить по ограниченной поверхности, ползать и катать мяч (ползать на

		<p>ходить и бегать друг за другом; передвигаться в парах, по цепочке и по 2-3 ребенка в строю;</p> <p>совершенствовать метание мяча высоко над головой;</p> <p>повышать способность к дальней метке мяча.</p> <p>2. Младшая группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Поиграем с голубями".</p> <p>Задачи:</p> <p>закреплять умения бросать мяч вниз и вперед двумя руками от груди;</p> <p>совершенствовать технику метания</p>	<p>ползании на четвереньках и подлезании под веревку (рейку),</p> <p>учить становиться в круг, взвавшись за руки,</p> <p>способствовать развитию чувства равновесия и координации движений,</p> <p>помогать преодолевать робость.</p> <p>2. Младшая группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Поиграем вместе с птицами".</p> <p>Задачи: развивать у детей ловкость и внимание при выполнении общеразвивающих упражнений с мячами; умение ходить и бегать друг за другом;</p>	<p>веревку (рейку),</p> <p>учить становиться в круг, взвавшись за руки,</p> <p>способствовать развитию чувства равновесия и координации движений,</p> <p>помогать преодолевать робость,</p> <p>действовать самостоятельно, уверенно.</p>	<p>четвереньках по прямой, чередуя движения рук и ног; прокатывать мяч вперед, энергично отталкивая его от себя) вместе с педагогом в игровой форме, упражнять в ходьбе, способствовать развитию умений действовать по сигналу.</p> <p>3. Средняя группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Катание мяча в ворота".</p> <p>Задачи:</p> <p>формировать навыки ходьбы приставным шагом вперед; навыки бега в разных</p>
--	--	---	--	--	--

		<p>мяча из-за головы; совершенствовать навык метания правой и левой рукой; расширять умения детей энергично отталкивать или бросать предмет в заданном направлении; развивать метательные способности, мышцы тела, рук и пальцев; развивать умение выполнять общеразвивающие упражнения с кубиком; воспитывать навыки ловкости и точности при метании; пополнять знания о зимующих</p>	<p>передвигаться в парах, по цепочке и по 2-3 ребенка в строю; выполнять танцевальные движения в соответствии с мелодией; совершенствовать метание мяча высоко над головой; повышать способность к дальней метке мяча; отработать учебную деятельность.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Ходьба приставным шагом". Задачи: формировать навыки ходьбы приставным</p>	<p>направлениях; навыки метания мяча в горизонтальную цель.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Игры с мячом". Цель: продолжать формировать навыки ходьбы на внешней стороне стопы; навыки бега с высоким подниманием колена; развивать навыки ползания на четвереньках по наклонной скамейке.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Мероприятия по безопасности дома".</p>
--	--	--	--	--

		<p>птицах.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Снегирь".</p> <p>Задачи:</p> <p>продолжать формировать навыки ; навыки метания в горизонтальную цель, в даль; развивать ловкость, быстроту, координацию движений, умение действовать по сигналу.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Бросание мяча двумя руками".</p> <p>Цель: продолжать формировать навыки перестроения в</p>	<p>шагом вперед; прыжки с ноги на ногу,прямой галоп;навыки метания мяча в горизонтальную цель. Упражнение по профилактике плоскостопия</p> <p>"Катание мячика ногами попеременно".</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Ползание на четвереньках по наклонной скамейке".</p> <p>Цель:</p> <p>формировать навыки ходьбы с изменением направления движения, "змейкой", врассыпную; навыки</p>	<p>Закрепление.</p> <p>Цель:</p> <p>отрабатывать навыки по соблюдению правил безопасного поведения у себя дома; закреплять умения чередовать ползание на скамейке с ходьбой, умение ходить с мячом боком, навыки бега на дистанцию 100- 120 м со скоростью, в чередовании с ходьбой между кеглями;</p> <p>совершенствовать физические качества.</p>
--	--	--	--	---

		<p>колонну по два; навыки ходьбы на внешней стороне стопы; навыки бега с высоким подниманием колена; развивать навыки бросания мяча из-за головы и ловля его.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Упражнения через препятствия". Цель: обучение ходьбе с мячом в одну сторону; скоростному бегу на дистанцию 100-120 м, чередуя с ходьбой между кеглями. Игра-эстафета "Снежинки".</p>	<p>перестроения в звенья по два; навыки ходьбы по ребристой доске.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Эстафеты через препятствия". Цель: учить чередовать ползание со скамейкой с ходьбой, развивать у детей умение преодолевать препятствия.</p>	
--	--	---	---	--

Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.					
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.					
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.					
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	
		2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.					

**Циклограмма организованной деятельности инструктора
по физической культуре на 2023 -2024 уч. год**

Организации образования (детский сад /мини-центр/ предшкольный класс) _____
На какой период составлен план (указать дни недели, месяц, год): февраль, 2023-2024 год

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		05.02.2024г.	06.02.2024г.	07.02.2024г.	08.02.2024г.	09.02.2024г.
Подготовка к утренней гимнастике	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ 1. ИП: стоя, ноги слегка расставлены, мешочек в одной руке; поднять руки вверх, передать мешочек в другую руку над головой; и.п. 2. ИП: стоя, ноги на ширине стопы; присесть на корточки, положить мешочек перед собой; встать, сказать "Нет!"; присесть, взять мешочек; встать, сказать "Вот!" 3. ИП: сидя, ноги врозь, мешочек в руках; наклониться вперед к ногам, положить мешочек между ног у носочков; ип; наклониться, взять мешочек; ип. 4. ИП: сидя, ноги врозь, мешочек лежит между ног, упор рук сзади; соединить ноги вместе (накрыв мешочек), сказать "Нет!", ноги врозь, сказать "Вот!" 5. ИП: стоя, ос, мешочек в одной руке перед собой, прыжки на месте. Ходьба на месте. Повторить прыжки и ходьбу. 6. Спокойная ходьба друг за другом.				
		Упражнение "Снег". (Как на горке	Малоподвижная игра "Пузырь". Цель: упражнять	Игра-упражнение "Птички, раз!"	Подвижная игра "К флагжку". Цель: упражнять	Музыкально-ритмические движения

	<p>снег, снег, (встать на носочки, руки вверх), И под горкой снег, снег (приседать), И на елке снег, снег (встать, руки в стороны), И под елкой снег, снег (обхватывать себя руками), А под снегом спит медведь (покачаться из стороны в сторону, руки согнутые в локтях, перед грудью, ладони от себя), Тише, тише, не шуметь (пальчик к губам, шепотом).</p>	<p>детей в умении вставать в круг, действовать в соответствии с текстом стихотворения, использовать всю площадь зала.</p> <p>Ход игры: дети вместе с педагогом берутся за руки и образуют небольшой круг, становясь плотно друг к другу. На слова:</p> <p>"Раздувайся, пузырь, раздувайся большой, оставайся такой, да не лопайся!"</p> <p>дети отходят назад, держась за руки до тех пор, пока педагог не скажет: "Лопнул</p>	<p>Птички, два!".</p> <p>Цель: упражнять детей в выполнении движений по показу; развивать двигательные навыки; воспитывать устойчивый интерес к жизни птиц.</p> <p>Педагог говорит: "Сейчас будем играть. Сколько у птички лапок? А глазок, крыльышек?"</p> <p>- Птички, раз!</p> <p>(дети выдвигают вперед одну ногу),</p> <p>Птички, два!</p> <p>(выдвигать другую ногу),</p> <p>Скок-скок-скок!</p> <p>(дети скачут на обеих ногах),</p>	<p>детей в беге и быстром построении по сигнал, учить ходить друг за другом. Дети стоят лицом к педагогу. Он берет в руки большой флагшток и предлагает детям подойти к нему и посмотреть на него и говорит: "Флагшок спускается – дети разбегаются".</p> <p>Дети бегут в разные стороны. Через 10–15 секунд педагог поднимает флагшток вверх и продолжает: "Флагшок поднимается – дети собираются".</p>	<p>"Гуляем".</p> <p>Топ! Топ!</p> <p>Веселей!</p> <p>Топочите ножки!</p> <p>Топ! Топ!</p> <p>Веселей! Ну, еще немножко!</p> <p>Погуляем мы с тобой, вместе погуляем,</p> <p>Погуляем мы с тобой. Песни распеваем.</p> <p>Хлоп! Хлоп!</p> <p>Веселей!</p> <p>Хлопайте в ладошки!</p> <p>Хлоп! Хлоп!</p> <p>Веселей! Ну еще немножко!</p>
--	--	--	--	--	--

		<p>пузырь!". По этому сигналу малыши опускают руки приседают на корточки, произнося: "Хлоп!". Можно после слов "Лопнул пузырь!" предложить детям, не разрывая рук, двигаться к центру круга, произнося при этом "ш-ш-ш" (воздух выходит). После чего снова "надувать пузырь".</p>	<p>Птички, раз! (дети поднимают "крыльышко"), Птички, два! (поднимают второе "крыльышко"), Хлоп! Хлоп! Хлоп! (дети хлопают в ладоши), Птички, раз! (дети закрывают рукой один глаз), Птички, два! (закрывают другой глаз), "Птички" открывают глаза и бегают, машут "крылышками", чирикают, пищат. Педагог говорит "Все полетели!". По желанию игра повторяется 2–3 раза.</p>	<p>Дети подбегают к педагогу и смотрят на флагок. Игра повторяется несколько раз и заканчивается ходьбой. Впереди идет один ребенок с флагом, остальные дери идут за ним.</p>	
--	--	---	---	---	--

Подготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)			
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>1. Группа раннего возраста</p> <p>«_____» "Наш Мишка заболел". Задачи: продолжать работу по укреплению здоровья детей, отрабатывать ранее изученные основные виды движений; упражнять детей действовать по сигналу; побуждать участвовать в подвижных играх; воспитывать желание прийти на помощь.</p> <p>2. Младшая группа</p>	<p>1. Группа раннего возраста</p> <p>«_____» "Трудимся как пчелки". Задачи: учить детей лазать по гимнастической стенке, развивать чувство равновесия, совершенствовать бег в определенном направлении, умение реагировать на сигнал.</p> <p>2. Младшая группа</p> <p>«_____» "Двигаемся как котенок". Задачи: развитие умений детей в</p>	<p>1. Группа раннего возраста</p> <p>«_____» "Я буду спортсменом!". Цель: учить детей ходить с поддержкой по гимнастической доске; сохраняя равновесие, спрыгивать на пол на обеих ногах; отрабатывать упражнения с флагами, развивать равновесие, все группы мышц, внимание, воспитывать целеустремленность, дружелюбие.</p>	<p>1. Группа раннего возраста</p> <p>«_____» "Ползаем как муравьи". Задачи: закреплять у детей умение ползать по гимнастической скамейке; перепрыгивать через две параллельные линии"; упражнять в ходьбе и беге в разном темпе, между двумя параллельными линиями в прямом направлении; бегу по цепочке, сохраняя равновесие, вызывать у детей</p>

		<p>«_____»</p> <p>"Подлезание под дугу".</p> <p>Задачи:</p> <p>совершенствовать навык ходьбы и бега друг за другом; ходьбы на цыпочках;</p> <p>отрабатывать умение ползать на четвереньках под дугой; умение держать флаги в двух руках;</p> <p>поднимать флаги вверх и опускать вниз по сигналу педагога;</p> <p>развивать умение выполнять общеразвивающие упражнения с флагом.</p> <p>3. Средняя группа «_____»</p> <p>"Свернувшийся в</p>	<p>выполнении общеразвивающих упражнений с мячом; ползание под дугой;</p> <p>отработка умения ползать по дугой на четвереньках;</p> <p>развитие навыков ползания детей по кругу</p> <p>посредством подвижной игры;</p> <p>подведение итогов пройденной учебной деятельности.</p> <p>3. Средняя группа «_____»</p> <p>"Я будущий солдат".</p> <p>Задачи:</p> <p>формировать навыки вползания в обруч,</p> <p>расположенного</p>	<p>эмоциональный отклик и желание участвовать в игровом занятии.</p> <p>3. Средняя группа «_____»</p> <p>"Аэродром".</p> <p>Задачи: развивать умения детей навыкам лазанья под дугой; ходьбе приставным шагом вперед, приставным шагом назад.</p> <p>Совершенствование через подвижные игры навыки бега в разных направлениях.</p> <p>4. Старшая группа «_____»</p> <p>"Эстафета сильнейших".</p> <p>Цель:</p>
--	--	---	--	--

		<p>клубок ежик". Задачи: учить детей ходьбе приставным шагом вперед; прыжкам с ноги на ногу; бросанию мяча в даль. Продолжать формировать навыки бега в разных направлениях.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Подлезание в обруч". Цель: продолжать формировать навыки прыжка ноги вместе; навыки прыжка на месте с поворотами направо, налево; навыки метания предметов на</p>	<p>вертикально на полу; ходьбе приставным шагом назад; через подвижные игры развивать навыки бросания мяча в даль, в горизонтальную цель.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Прыжки на месте". Задачи: продолжать формировать навыки перестроения в колонну по два; навыки ходьбы приставным шагом вперед. Развивать навыки прыжка поочередно через 2–3 предмета;</p>	<p>формировать навыки прыжка на месте с поворотами направо, налево; навыки перестроения в шеренгу, в круг.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Прыжки на двух ногах через предметы разной высоты". Цель: учить прыгать двумя ногами через предметы разной высоты; упражнять в ползании.</p>
--	--	--	--	--

		<p> дальность.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Катание мяча между предметами". Цель: учить катать мяч между предметами; воспитывать ловкость и выносливость.</p>	<p>подлезание под палку, поднятую на высоту 50 сантиметров правым и левым боком вперед.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Отработать прокатывание мяча между фишками". Цель: учить прокатыванию мяча, метанию мешочка левой рукой с расстояния 4 м над плечом в вертикальную.</p>	
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.		
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.		

Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.					
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.					

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		12.02.2024г.	13.02.2024г.	14.02.2024г.	15.02.2024г.	16.02.2024г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p style="text-align: center;">"Общеразвивающие упражнения «Разноцветные мячи».</p> <p style="text-align: center;">1. «Выше мяч».</p> <p>И. п.: ноги слегка расставить, мяч опущен. Мяч вверх, посмотреть, опустить, сказать «вниз». Повторить 4—5 раз.</p> <p style="text-align: center;">2. «Вот он».</p> <p>И. п.: ноги врозь, мяч перед грудью. Наклон вперед, мяч вперед, сказать «вот он». Вернуться в и. п. Повторить 4—5 раз. Ноги в коленях не сгибать.</p> <p style="text-align: center;">3. «Веселый мяч».</p> <p>И. п.: ноги слегка расставить, мяч перед ногами, руки за спину. Присесть, катать мяч от руки к руке, остановить и быстро выпрямиться. Повторить 4—5 раз.</p> <p style="text-align: center;">4.«Подпрыгивание».</p> <p>И. п.: ноги слегка расставить, мяч на земле, около ног, руки на пояс. Подпрыгивание вокруг мяча — круг и 8—10 шагов со взмахом рук. Дыхание произвольное. Повторить 3 раза.</p> <p style="text-align: center;">5. «К себе и вниз».</p> <p>И. п.: то же, мяч опущен. Мяч к себе, носом — вдох. Мяч опустить, на выдохе произнести: «вни-и-из». Повторить 3—4 раза.</p>				
		Малоподвижная игра "Вокруг	Ритмическое упражнение	Малоподвижная игра "Ұшты-	Казахская народная	Подвижная игра "Догоните мяч".

		<p>домика хожу". Цель: развивать умение ходить по кругу, повторять действия за педагогом. Дети стоят в кругу, педагог ходит по кругу и произносит слова и имитирует действия, дети повторяют за педагогом: - Вокруг дерева хожу и в окошечко гляжу (заглядывает в окошечко заранее приготовленного домика). К одному я подойду и тихонько постучу (подходит и стучит) . Игра проводится несколько раз,</p>	<p>"Мы с ребятами дружны". Цель: развивать двигательные навыки, умение выполнять движения согласно тексту, показу; воспитывать дружелюбие.</p> <p>Мы с ребятами дружны (протягивать правую руку к правой), Будут нам подарки (протягивать левую руку к левой, не опуская правую), Дружно мы живем (показывать друг на друга), В мире мы живем (показывать на</p>	<p>ышты" ("Полетели, полетели") Цель: отрабатывать умение слушать педагога, следовать показу движений, развивать вестибулярный аппарат, восприятие, понимание простых слов на казахском языке, обозначающих свойства: "летает" (птицы, воздушный транспорт, насекомое), "не летает"; продолжать формировать представления об окружающих предметах, живых</p> <p>Оборудование: палки-лошадки. Дети подразделяются на пары. Показывается стартовая черта, стойки, которые будут необходимо обежать, вернуться к финишу (старту) (либо упражнение выполняется</p>	<p>Цель: развивать у детей умение останавливать катящийся мяч, ловить его, бросать снова в корзину; побуждать бегать не наталкиваясь друг на друга; способствовать развитию ориентировки в пространстве.</p> <p>Ход. Дети стоят в одном конце площадки, педагог держит корзину с мелкими мячами. Педагог высыпает из корзины мячи так, чтобы мячи покатились в другой конец площадки.</p> <p>По сигналу дети бегут за</p>
--	--	---	--	---	---

		<p>педагог в процессе игры активизирует детей.</p>	<p>себя), Руки друг другу дадим (держаться за руки), И всех победим. Солнцу улыбнемся (поднимать руки вверх), Вырастим большими (соединять руки наверху)</p>	<p>объектах. Үшты-үшты! (Стоя, хлопки в ладоши) Торғай үшты! (Разведение рук в стороны, махи) Үшты-үшты! (Стоя, хлопки в ладоши) Доп үшты! (Приседание, руки согнуть в локтях, прижать кисти к груди) Үшты-үшты! (Стоя, хлопки в ладоши) Карға үшты! (Разведение рук в стороны, махи) Үшты-үшты! (Стоя, хлопки в ладоши) Пирамида үшты! (Приседание, руки согнуть в локтях, прижать кисти к груди) Үшты-үшты! (Стоя,</p>	<p>только до стоек). Каждая пара встает по очереди к стартовой черте. По сигналу "Баста!" пара соревнуется в беге на скорость, бегут по прямой, обегают стойки, возвращаются назад. Затем соревнуются последующие пары. В данном возрасте не стоит выводить самого быстрого из группы ввиду быстрой утомляемости детей. В игре важно организовать процесс быстрого бега по прямой, получение чувства задора,</p>	<p>катящимися мячами, стараются остановить мячи, поймать, бросить снова в корзину на расстоянии вытянутой руки ребенка. Игра повторяется 2-3 раза. Следить за безопасностью во время игры, избежания столкновений.</p>
--	--	--	--	--	--	--

				хлопки в ладоши) Саусықан ұшты! (Разведение рук в стороны, махи)	стремление к финишу. Педагог поощряет каждую участвовавшую в игре пару.	
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "Покатаем машинку". Цель: создавать условия для приобретения опыта взаимодействия детей со сверстниками; продолжать упражнять детей в бросании мешочеков на дальность; закреплять умение реагировать на сигнал; собирать		1. Группа раннего возраста «_____» "Путешествие в лес на поезде". Цель: сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, развивать и укреплять костно-мышечную систему организма ребенка, развивать точность и координацию движений, способность	2. Младшая группа «_____» "Велосипед". Задачи: учить прокатывать мяч по полу сидя друг напротив друга, отрабатывать навыки бросания мяча вперед, а также навыки выполнения упражнений с флагжками; учить подражать ходьбе пингвина; формировать представления о велосипеде, виде транспорта;	1. Группа раннего возраста «_____» "Кораблик". Цель: продолжать работу по укреплению здоровья детей, отрабатывать раннее изученные основные виды движений; упражнять детей действовать по сигналу; закреплять навыки ходьбы и бега по ограниченной поверхности, продолжать учить

		<p>мешочки и складывать их в машину.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Развиваем тело наше". Задачи: совершенствовать навык ходьбы и бега друг за другом; ходьбы на цыпочках; отрабатывать умение ползать на четвереньках под дугой; умение держать флаги в двух руках; поднимать флаги вверх и опускать вниз по сигналу педагога; развивать умение выполнять общеразвивающие</p>	<p>слушать и чувствовать музыку.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Мы будем сильными". Задачи: закрепить умения выполнять основные виды движений (ходьба детей в одну шеренгу, друг за другом; держа флаг в обеих руках; прыгать на двух ногах подходя к краю пройденной гимнастической скамейки; удерживать равновесие во время ходьбы по гимнастической скамейке);</p>	<p>воспитывать усердие, дружелюбие, интерес к физическим упражнениям.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Едем, едем на велосипеде". Задачи: продолжать формировать навыки метания в горизонтальную цель правой рукой; навыки вползания в дугу; развивать навыки бега в разных направлениях. Учить действовать по сигналу педагога.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Подлезание под веревку". Цель:</p>
--	--	---	--	--

		<p>е упражнения с лентами.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Буду летчиком".</p> <p>Задачи:</p> <p>формировать навыки бега в разных направлениях;</p> <p>метание в вертикальную цель правой и левой рукой.</p> <p>Развивать двигательную активность детей.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Крути педали".</p> <p>Цель:</p> <p>формировать навыки прыжка на месте, ноги врозь;</p> <p>навыки подлезания под</p>	<p>пробудить у детей интерес к спорту.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Крутим педали".</p> <p>Задачи:</p> <p>формировать умение детей ходьбе приставным шагом вперед, приставными шагом назад; лазанью по гимнастической стенке; развивать ловкость, быстроту, координацию движений, умение действовать по сигналу педагога, внимание.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Упражнения для</p>	<p>формировать навыки ходьбы мелким и широким шагом; навыки ползания на четвереньках, опираясь на стопы и ладони;</p> <p>развивать навыки прыжка на месте на двух ногах, ноги вместе.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Безопасность на дороге".</p> <p>Закрепление Цель:</p> <p>систематизировать знания правил поведения на улице, правил дорожного движения;</p> <p>закреплять навыки бега на</p>
--	--	--	---	---

		<p>веревку, поднятую на высоту 50 сантиметров правым и левым боком вперед.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Прыжки на двух ногах через кубики". Цель: развивать умения ходить с мячом в одну сторону, прыгать через кубики.</p>	<p>ног". Цель: продолжать формировать навыки бега с ускорением и замедлением темпа со сменой ведущего; прыжков с высоты 20–25 сантиметров; подлезание под веревку поднятую на высоту 50 сантиметров правым и левым боком вперед.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Эстафеты с прыжками на предметы и спрыгиванием на землю на двух ногах". Цель: учить детей</p>	<p>дистанцию 100–120 м с переходом на скорость, с ходьбой между кеглями, умения ползать на четвереньках, положив на спину мешок; развивать умение сосредотачиваться, проявлять отзывчивость.</p>
--	--	---	---	--

				выполнять прыжки длинными прыжками на двух ногах; махать мячом одной рукой с пола, сбивать двумя руками; перестраиваться из строя в три ряда; продолжать развивать навыки поворота вправо, влево.		
Прогулка	11.10 - 12.10	Nabлюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30

		2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организацио нные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница

		19.02.2024г.	20.02.2024г.	21.02.2024г.	22.02.2024г.	23.02.2024г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ				
		Подвижная игра "Арқан тартыс" ("Перетягивание каната") Цель: развивать силу, ловкость, выносливость, желание играть вместе с ровесниками; воспитывать дружелюбие. - Дети, в честь праздника Наурыз мы играли в игру "перетягивание каната". Одной группе немножко не хватило сил. И мы можем снова испытать свои силы сегодня. Для	Подвижная казахская народная игра "Бес тас" ("Пять камешков"). Цель: развивать у детей внимание и ловкость, моторику рук, мышление. Для игры подбирается пять небольших и примерно равных по величине камешков.	Подвижная игра "Зайцы и волк". Цель: развивать умения детей двигаться по сигналу, бегать в рассыпную, не сталкиваясь друг с другом; развивать навыки бега. Выбирается волк, остальные дети - зайцы. Зайцы прячутся за кустами и деревьями. Волк в стороне. По сигналу педагога зайцы поймают в ладони обеих рук. Если получилось,	Малоподвижная игра "Поровненькой дорожке". Цель: развивать умение двигаться в соответствии с текстом, воспитывать дружелюбие. Дети идут по кругу, взявшись за руки, и выполняют движения в соответствии с текстом. По ровненькой дорожке	Подвижная игра "К кому полетит птичье перышко". Цель: развивать умение двигаться по сигналу, бегать в рассыпную. Дети стоят на детской площадке. Воспитатель берет перышко и дует, все дети разбегаются в разные стороны, игра продолжается. Идти по кругу,

		<p>это все должны собраться и стать сильными. Мальчики, готовы ли вы перетянуть канат?</p> <p>В игре "перетягивание каната" педагог разделяет детей на две группы, разделяя канат по центру. Дети обеих групп должны стоять с двух сторон и натягивать веревку. Кто перетянет канат к себе, победил.</p>	<p>задача усложняется. Надо вновь подбросить камешки и, прежде чем поймать их, хлопнуть перед собой и за спиной в ладоши. Один- два камешка упало? Ничего, еще будет возможность подобрать их. Теперь же, подкинув оставшиеся камешки, надо постараться поймать их — уже тыльной стороной ладоней. Опять несколько камешков упало? Что ж, настало время самого сложного этапа:</p>	<p>щиплют травку. По второму сигналу педагога: "Волк идет!" - зайцы стараются убежать, спрятаться за кусты, под деревья. Волк пытается догнать их.</p> <p>Во время игр детей педагог может говорить: Зайки скачут, скок-поскок, На зеленый на лужок.</p> <p>Травку щиплют кушают, Осторожно слушают,</p> <p>Не идет ли волк. Дети выполняют действия, о которых говорится в стихотворении. С</p>	<p>взявшись за руки. Через камушки, через камушки Перешагивают ножки. Поднимать колени вверх. По тропинке, по тропинке Побежали ножки. Бег, не отпуская рук.</p> <p>В ямку – бух! (Остановиться, расцепив руки, присесть на корточки.)</p> <p>Вылезли из ямки. Игра повторяется, но теперь дети идут в другую сторону.</p>	
--	--	--	---	--	---	--

			<p>подбросить имеющиеся в руках камешки, а пока они летят, подобрать с земли ранее упавшие. И, наконец, пятый этап снова легкий, — он повторяет первый: имеющиеся в руках камешки надо подбросить и поймать на ладони.</p> <p>Побеждает тот, у кого после пяти таких испытаний в руках больше камешков.</p>	<p>окончанием слов появляется волк ловит зайцев.</p>		
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00					Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "Посуда ушла гулять". Задачи:		1. Группа раннего возраста «_____» "Поможем зайчику быть здоровым!".	2. Младшая группа «_____» "Если будем заниматься, станем крепкими,"	1. Группа раннего возраста «_____» "Путешествие колобка в стране Здоровья".

		<p>упражнять в действиях с предметами, ходьбе в ограниченном пространстве, беге по ориентирам, бросании мяча вдали, ползании на четвереньках, повторить дыхательные упражнения, развивать чувство равновесия, ритма, внимание, умение ориентироваться в пространстве. Формировать навыки безопасного поведения.</p> <p>2. Младшая группа «_____»</p>	<p>Задачи:</p> <p>закреплять умения детей лазать по гимнастической стенке, хождению по массажным дорожкам; развивать чувство равновесия, совершенствовать бег в определенном направлении, умение реагировать на сигнал; формировать у детей привычку заботится о своём здоровье.</p> <p>2. Младшая группа «_____»</p> <p>"Ходим как пингвины".</p> <p>Задачи:</p>	<p>ребята".</p> <p>Задачи: учить прокатывать мяч по полу сидя друг напротив друга, отрабатывать навыки бросания мяча вперед, а также навыки выполнения упражнений с флагштаками; учить подражать ходьбе пингвина; формировать представления о велосипеде, как о виде транспорта; воспитывать усердие, дружелюбие, интерес к физическим упражнениям.</p> <p>3. Средняя группа «_____»</p> <p>"Прыгаем как кенгуру".</p>	<p>Задачи: учить детей скатывать мяч с небольшой горки; закреплять умение бросать мяч вперед, вверх и ловить его двумя руками; закреплять навыки ходьбы и бега, ходьбы по наклонной доске вверх и вниз, ходьбы "змейкой", ходьба ("солдат", "мышька", "собачка", "птичка", "медведь" и другие); ходьба с предметом в руках (мячи).</p>
--	--	--	---	--	--

		<p>"Позанимаемся вместе с пингвином".</p> <p>Задачи:</p> <p>совершенствовать навык ходьбы и бега друг за другом; в одну шеренгу; ходьба на цыпочках; отрабатывать умение держать флаги в двух руках; поднимать флаги вверх и опускать вниз по сигналу педагога; отрабатывать навык катание мяча, сидя напротив друг друга; пробудить у детей интерес к спорту; пополнить знания детей о пингвинах.</p>	<p>совершенствовать навык ходьбы и бега друг за другом; в одну шеренгу; ходьба на цыпочках; отрабатывать умение держать флаги в двух руках; поднимать флаги вверх и опускать вниз по сигналу педагога; отрабатывать навык катание мяча, сидя напротив друг друга; пробудить у детей интерес к спорту.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Закаляйся!".</p> <p>Задачи:</p> <p>продолжать формировать навыки ходьбы</p>	<p>Задачи:</p> <p>формировать навыки влезания на гимнастическую стенку и обратно с нее; навыки метания в горизонтальную цель, в даль правой рукой.</p> <p>Воспитывать интерес к активной двигательной деятельности.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Подлезание под веревку".</p> <p>Цель: продолжать формировать навыки ходьбы в чередовании с бегом, с изменением направления;</p>
--	--	--	---	---

		<p>3. Средняя группа «_____» "Велосипед".</p> <p>Задачи: продолжать формировать навыки ползания в прямом направлении на расстояние 4–6 метров, "змейкой", между расставленными предметами; навыки метания в даль в положении сидя. Развивать навыки построения в строю, находить свое место в строю, круге (по зрительным ориентирам).</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Лазанье по гимнастической</p>	<p>прямой дорожке, сохраняя равновесие; навык и ходьбы приставным шагом вперед; приставным шагом назад; развивать навыки бега в разных направлениях; навыки в ползания в обруч.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Подлезание под палку".</p> <p>Цель: продолжать формировать навыки ходьбы в рассыпную, приставным шагом вперед, в сторону; навыки лазанья по гимнастической стенке вверх-вниз</p>	<p>navыки подлезания под палку, поднятую на высоту 50 сантиметров правым и левым боком вперед.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Катание фитбола между предметами".</p> <p>Цель: учить детей катать фитбол между предметами-препятствиями; приучать к прыжкам в обручи, расположенные на расстоянии 50 см друг от друга.</p>
--	--	--	--	---

		<p>стенке".</p> <p>Цель: продолжать формировать навыки бега в колонне по одному и парами; навыки подлезания под палку, поднятую на высоту 50 сантиметров правым и левым боком вперед.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Лазание по гимнастической лестнице разными способами". Цель: учить лазать по гимнастической лестнице различными способами; упражняться в</p>	<p>чередующимся шагом.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Как вы можете лазить?". Цель: учить ползать под 3-4 дугами.</p>	
--	--	---	---	--

		прыжках с продвижением вперед на расстояние до 7 м.				
Прогулка	11.10 - 12.10	Nabлюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30 4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		26.02.2024г.	27.02.2024г.	28.02.2024г.	29.02.2024г.	01.03.2024г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55			Подготовка к утренней гимнастики		
Утренняя	08.00 - 08.45			КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ		

Утренняя гимнастика		Подвижная игра "Двигаемся как животные". Цель: учить детей подражать движениям животных: ходить на внешней стороне стопы, прыгать на двух ногах с передвижением вперед, четко выражая в том или ином основном виде движений; развивать общую группу мышц, отзывчивость, эмоциональность. Педагог показывает картинки с изображением диких животных, знакомых детям. Вместе с	Подвижная игра "Веселый воробей" Цель: совершенствовать умения выполнять согласно текста игры, ритму; развивать чувство единения. Ход игры. Воробей с березы На дорогу прыг! Больше нет мороза - Чик-чирик! Вот журчit в канавке Быстрый ручеек, И не зябнут лапки — Скок-скок-скок! Высохнут овражки — Прыг, прыг, прыг! Вылезут букашки — Чик-чирик!	Малоподвижная игра "Мяч в кругу". Цель: совершенствовать навык отталкивания мяча, ориентировку в пространстве, развивать фиксацию взора; воспитывать дружелюбие. Ход. Дети сидят на корточках на полу, образуя круг. Педагог дает одному из участников игры мяч-смайлик (на нем нарисованы глаза, рот) и читает стихотворение: - Мячик, мячик Ты по полу покатись	Подвижная игра "Кенгуру". Цель: закрепить навыки прыжка на двух ногах с продвижением вперед; развивать силу, мышцы ног, туловища, умение отрываться от земли двумя ногами, сохранять равновесие. Педагог показывает технику прыжка на двух ногах с продвижением вперед либо показать, как прыгает кенгуру. Для избежание скученности и сталкиваний педагог подразделяет детей на две команды.	Игра-упражнение "Птички, раз! Птички, два!". Цель: упражнять детей в выполнении движений по показу; развивать двигательные навыки; воспитывать устойчивый интерес к жизни птиц. Педагог говорит: "Сейчас будем играть. Сколько у птички лапок? А глазок, крыльшек?" - Птички, раз! (дети выдвигают вперед одну ногу), Птички, два! (выдвигать другую ногу),
---------------------	--	---	---	--	---	--

Утренняя гимнастика	<p>педагогом дети определяют, каким образом двигается медведь (ходьба с широко расставленными ногами, на внешней стороне стопы), заяц (прыжки на двух ногах с передвижением вперед). Педагог еще раз показывает образец выполнения движений либо просит показать образец детям. Во время выполнения движений педагог следит за правильностью выполнения, обеспечивает поточность движения</p>	<p>И Аману улыбнись! По просьбе педагога ребенок прокатывает мяч двумя руками названному участнику. Тот, получив мяч, прокатывает его другому ребенку, которого назвали по имени, и т.д. Педагог объясняет правила игры: мяч нужно отталкивать посильнее, чтобы он докатился до другого участника игры, а также подавать выкатившийся из круга мяч.</p>	<p>Скок-скок-скок! (дети скачут на обеих ногах), Птички, раз! (дети поднимают "крыльышко"), Птички, два! (поднимают второе "крыльышко"), Хлоп! Хлоп! Хлоп! (дети хлопают в ладоши), Птички, раз! (дети закрывают рукой один глаз), Птички, два! (закрывают другой глаз), "Птички" открывают глаза и бегают, машут "крыльшками", чирикают, пищат. Педагог говорит "Все полетели!". По желанию игра</p>
---------------------	---	---	---

Утренняя гимнастика		подгрупп, использует инструкции, похвалу.				повторяется 2–3 раза.
Подготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста « _____ » "В гостях у Айболита Зайка". Задачи: закреплять умение перешагивать через предметы, при ходьбе по скамейке развивать равновесие; закреплять умение передвигаться на ладонях и коленях в прямом направлении, подлезать под обруч.	1. Группа раннего возраста « _____ » "Веселые гуси". Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, выполняя задания педагога, закрепить у детей навыки выполнения упражнений под музыку, учить ходить по скамейке, сохраняя равновесие, приземляться мягко на носки, прыгая по	2. Младшая группа « _____ » "Веселые птички". Задачи: учить детей ходить по гимнастической доске, сохраняя равновесие, с поддержкой педагога спрыгивать на пол на две ноги; развивать мышцы спины, ног; воспитывать усердие, дружелюбие, чувство заботы о птицах на участке, интерес к физическому	1. Группа раннего возраста « _____ » "Веселые воробышки". Задачи: закреплять умения детей спрыгивать с невысоких предметов (ящичка), мягко приземляясь на полусогнутые ноги, продолжать учить ходить по кругу за педагогом, воспитывать интерес к занятиям по физической культуре."	

		<p>2. Младшая группа «_____» "Прыгаем на двух ногах". Задачи: закрепление и обобщение умений прыгать на двух ногах с продвижением вперед (в длину); выполнение подскоков на двух ногах стоя на месте; побуждение прыгать, как зайчик, с преодолением препятствий; привитие навыков сохранения равновесия тела при прыжках; отрабатывание основных видов</p>	<p>колечкам, ходить между ориентирами "змейкой".</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Как прыгает зайка". Задачи: закреплять у детей умение прыгать на двух ногах; развивать умение изображать походку животных; отработать основные виды учебной деятельности.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Прыгни высоко". Задачи: формировать навыки бега в быстром темпе (10-20 метр); навыки ловли мяча двумя руками; развивать навыки сохранения равновесия при ходьбе по дощечкам.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Метание в горизонтальную цель". Задачи: формировать навыки перестроения в звенья по три;</p>
--	--	---	--

		<p>движений и общеразвивающие упражнений с погремушками; воспитание у детей интереса к спорту.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Здоровый образ жизни".</p> <p>Задачи: закрепить навыки бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом, на носках, соблюдая интервал, меняя направление; навыки метания в даль в положении сидя; навыки прыжка двумя ногами.</p>	<p>Задачи:</p> <p>формировать навыки сохранения равновесия при ходьбе по дощечкам.</p> <p>Развивать навыки ходьбы приставным шагом вперед. Во время подвижной игры закрепить навыки влезания на гимнастическую стенку и обратно с нее.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Метание на дальность".</p> <p>Цель: продолжать формировать навыки метания предметов на дальность, навыки</p>	<p>навыки ходьбы в чередовании с бегом; навыки прыжка в длину с места не менее 70 сантиметров; навыки метания в горизонтальную цель правой и левой рукой.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Безопасность на улице".</p> <p>Закрепление Цель: систематизировать знания о безопасности на улице, приобретенные через социальный опыт ребенка; закреплять навыки бега змейкой без</p>
--	--	--	---	---

		<p>4. Старшая группа «_____» "Прыжки в длину". Цель: продолжать формировать навыки ходьбы с изменением направления движения, "змейкой", приставным шагом вперед, в сторону; навыки прыжка в длину.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Плытем, как облака". Цель: обучение детей ходьбе между кеглями, перешагивая между веревками, поставленных на расстоянии 40 см; бег змейкой без направления; развитие навыков ходьбы шагом вдоль веревки с наклоном в одну</p>	<p>ходьбы с изменением направления движения, "змейкой", приставным шагом вперед, в сторону; навыки прыжка в длину.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Плытем, как облака". Цель: обучение детей ходьбе между кеглями, перешагивая между веревками, поставленных на расстоянии 40 см; бег змейкой без направления; развитие навыков ходьбы шагом вдоль веревки с наклоном в одну</p>	<p>направления, навыки ходьбы между кеглями, перешагивая между веревками, поставленных на расстоянии 40 см, навыки ходьбы друг за другом, положив мешочек на голову вдоль веревки; совершенствовать физические качества.</p>
--	--	---	---	--

		<p>фитболом". Цель: упражнять в беге змейкой без направления; упражнять в ходьбе друг за другом, положив мешочек на голову вдоль веревки.</p>		<p>сторону, положив на голову мешочек; выполняя задания педагога, совершенствовать умения перестраиваться из строя в три ряда при ходьбе и беге.</p>		
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	<p>1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30</p> <p>2. Младшая группа «_____»</p>	<p>3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00</p>	<p>3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30</p> <p>4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00</p>	<p>4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30</p> <p>2. Младшая группа «_____»</p>

		16.35 - 17.00				16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

**Циклограмма организованной деятельности инструктора
по физической культуре на 2023 -2024 уч. год**

Организации образования (детский сад /мини-центр/ предшкольный класс)
На какой период составлен план (указать дни недели, месяц, год): март, 2023-2024 год

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		04.03.2024г.	05.03.2024г.	06.03.2024г.	07.03.2024г.	08.03.2024г.
Подготовка к утренней гимнастике	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ (с маленькими пластиковыми шариками). <ol style="list-style-type: none"> 1. ИП: стоя, ос, шарики в опущенных руках, по бокам; 1- поднять руки вверх, встряхнуть руками (шарики держать крепко); 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 2. ИП: стоя, ос, шарики в опущенных руках, по бокам; 1- повороты направо (налево), встряхнуть руками (шарики держать крепко); 2- ип. (Повторить по 2 раза на каждую сторону) 3. ИП: стоя, ноги широко расставлены, шарики в согнутых руках перед собой; 1- наклониться вперед, коснуться шариками носков ног; 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 4. ИП: сидя, ноги врозь, руки с шариками вытянуть в стороны ; 1- поднять руки вверх, постучать шариками друг о друга; 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 5. ИП: стоя, ос, шарики в согнутых руках перед собой; 1-4 прыжки на месте. Переход на ходьбу - 1-4. Повторить упражнения два раза. 6. Спокойная ходьба. 				
		Малоподвижная игра "Белые	Подвижная игра "Арқан тартыс"	Музыкально-ритмическое	Малоподвижная казахская	

		<p>гуси". Цель: развивать у детей умение играть, двигаться согласно текста, развивать слуховое внимание, речь; воспитывать устойчивый интерес к животным и птицам.</p> <p>Выбранная "Лиса" садится на стул в углу, остальные дети "гуси" идут по кругу и поют:</p> <p>- Белые гуси к ручейку идут, Белые гуси гусяток ведут. Белые гуси вышли на луга. Крикнули гуси "Га-га-га". Окончив песню, останавливаются.</p>	<p>("Перетягивание каната") Цель: развивать силу, ловкость, выносливость, желание играть вместе с ровесниками; воспитывать дружелюбие.</p> <p>- Дети, в честь праздника Наурыз мы играли в игру "перетягивание каната". Одной группе немножко не хватило сил. И мы можем снова испытать свои силы сегодня. Для этого все должны собраться и стать сильными.</p> <p>Мальчики, готовы ли вы перетянуть канат?</p> <p>В игре "перетягивание</p>	<p>упражнение "Ходим - бегаем". Раз, два, раз! Раз, два, раз!</p> <p>Весело, весело мы идем!</p> <p>Раз, два, раз! Раз, два, раз!</p> <p>Песенку, песенку мы поем.</p> <p>А теперь бегом, бегом</p> <p>И по комнате кругом.</p> <p>Вот как быстро мы бежали</p> <p>И нисколько не устали!</p> <p>Вот как быстро мы бежали</p> <p>И устали — да, да, да!</p>	<p>народная игра "Кім шақырды?" ("Кто позвал?") Цель: развивать слуховое внимание, умения детей узнавать по голосу товарищей, назвать имя; воспитывать эмоциональную отзывчивость, дружелюбие.</p> <p>Педагог приглашает желающего ребенка, поворачивает к себе, остальные детя сидят полукругом перед водящим. Педагог мимикой передает то, что водящего нужно позвать, назвать его имя</p>	
--	--	---	---	--	---	--

		<p>Педагог пропевает:</p> <p>- А из леса, из лесочка, Из зеленого кусточка Вышла хитрая лиса. Навстречу выходит лиса и говорит: "Гуси, гуси, я вас съем".</p> <p>Гуси: - Подожди, Лиса, не кушай, Нашу песенку послушай.</p> <p>Гуси поют три раза "Га-га-га".</p> <p>Лиса: - Надоело мне вас слушать. Я сейчас вас буду кушать.</p> <p>Гуси разбегаются по местам, а лиса их ловит. Игра повторяется с</p>	<p>каната" педагог разделяет детей на две группы, разделяя канат по центру. Дети обеих групп должны стоять с двух сторон и натягивать веревку. Кто перетянет канат к себе, победил.</p>	<p>громко. Водящий, не поворачиваясь к детям, старается узнать и назвать имя позвавшего его ребенка. Так водящие меняются, позвавший становится водящим.</p> <p>Примечание. Играющие называют имя водящего громко, чтобы по интонациям и индивидуальной окраске голоса можно было узнать позвавшего.</p> <p>После каждого "узнавания" играющего водящим, педагог вознаграждает</p>	
--	--	---	---	--	--

		новой лисой. В начале водящим может быть педагог.			водящего "подарком", хвалит его.	
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "Встреча с ласточкой". Задачи: закреплять навыки ходьбы и бега: ходьба; по дорожке — между двумя параллельно лежащими веревками; ходьбы и бега врассыпную; умение совершать действия в соответствии с текстом, ориентироваться в пространстве;		1. Группа раннего возраста «_____» "Станем меткими". Задачи: закреплять навыки ходьбы и бега: ходьба по ограниченной площади поверхности, поточным методом; ходьбы и бега по кругу; двигаться хаотично, не сталкиваясь друг с другом; упражнять детей в бросании в горизонтальную	2. Младшая группа «_____» "Мы очищаем родничок". Задачи: учить детей ходить на четвереньках по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие; отрабатывать навыки упражнений с предметами; формировать первичные представления о весенних явлениях природы,	

		<p>двигаться хаотично, не сталкиваясь друг с другом.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Птицы прилетели во двор".</p> <p>Задачи: развивать у детей навыки хождения, чувство равновесия, координационные способности, ловкость и быстроту; совершенствовать умение держать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; стимулировать детей</p>	<p>цель, развивать глазомер, ловкость и координацию движений.</p> <p>Игровое упражнение "Кто самый меткий".</p> <p>2. Младшая группа «_____» "В мире птиц".</p> <p>Задачи: закрепить у детей навыки хождения, чувство равновесия, координационные способности, ловкость и быстроту; совершенствовать умение держать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке;</p>	<p>особенностях течения ручья, развивать все группы мышц; воспитывать усердие, жизнерадостность, наблюдательность.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Весенние ручьи". Цель: продолжать формировать навыки прыжка двумя ногами(ноги вместе); развивать навыки быстрого бега, ловкость, быстроту.</p>	
--	--	--	---	---	--

		<p>осуществлять сбор плодов, при ползании на четвереньках; выполнять дыхательные упражнения, издавая звуки, как у ежика; пополнять знания детей о весеннем времени года; закрепить умения техники хождения по гимнастической скамейке; воспитывать активность, умение работать в команде.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Бежит ручей". Задачи: учить детей навыкам катания мяча в горизонтальную цель; развивать через подвижные игры навыки быстрого бега; навыки бега в разном направлении.</p>	<p>расширять знания детей о весеннем времени года, птицах; воспитывать активность, умение работать в команде.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Смелый как ласточка". Задачи: продолжать</p>	
--	--	--	--	--

		<p>формировать навыки бега в колонне по одному, соблюдая интервал, меняя направление; навыки влезания на гимнастическую стенку и обратно с нее; навыки прыжка в высоту, подпрыгивание на двух ногах.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Прыжки вверх". Цель: продолжать формировать навыки ходьбы с изменением направления движения, "змейкой", приставным шагом вперед, в сторону; навыки</p>	<p>продолжать формировать навыки метания предметов на дальность; развивать навыки ходьбы с изменением направления движения, "змейкой"; навыки прыжка в длину.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Ползание на четвереньках между кеглями". Цель: учить прыгать вперед и назад с одной ноги на другую с поворотом; развивать навыки ходьбы через кегли по шнуре.</p>		
--	--	---	--	--	--

		<p>прыжков стоя на месте, расставив ноги в стороне, одну ногу вперед, другую - назад.</p> <p>5. Предшкольная группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Бег с ведром". Цель: учить бегать, держа ведра с водой в двух руках; совершенствовать навыки выполнения беговых упражнений.</p>			
Прогулка	11.10 - 12.10	Nаблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.			
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.			
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.			

Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	
		2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		11.03.2024г.	12.03.2024г.	13.03.2024г.	14.03.2024г.	15.03.2024г.

Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики			
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p style="text-align: center;">Общеразвивающие упражнения с шишкой.</p> <p style="text-align: center;">1. «Переложи шишку».</p> <p>И.П. стоя, ноги на ширине стопы, руки вдоль туловища, шишка в правой руке. 1 – поднять руки через стороны вверх, 2 – вернуться в И.П. 4 раза.</p> <p style="text-align: center;">2. «Спрячь – покажи».</p> <p>И.П. сидя, ноги на ширине плеч, руки за спину, шишка в правой руке. 1 – наклониться вперёд, положить шишку на пол, 2 – выпрямиться, хлопнуть в ладоши, 3 – наклониться вперёд, взять шишку левой рукой, 4 – вернуться в И.П. 4 раза.</p> <p style="text-align: center;">3. «Вместе с нами приседай».</p> <p>И.П. стоя, ноги на ширине стопы, руки вдоль туловища, шишка в правой руке. 1 – присесть, положить шишку на пол, 2 – выпрямиться, хлопнуть в ладоши над головой. 4 раза.</p> <p style="text-align: center;">4. «Бельчата».</p> <p>И.П. стоя, ноги на ширине стопы, шишка лежит на полу. Прыжки на месте на двух шагах. В чередовании с ходьбой. 2 раза.</p>	<p>Дыхательная гимнастика "Ветерок". Цель: побуждать к выполнению дыхательных упражнений, развивать умение подражать показу взрослого, вызывать чувство радости. Педагог призывает выполнить</p> <p>Подвижная игра "Попади в круг". Цель: развивать умение бросать мешочек с песком в определенное место; развивать глазомер, координацию движений и ловкость. Ход. Дети стоят на одной линии, на</p> <p>Казахская народная игра "Тенге алу". Цель: формировать умения выполнять движения согласно сигналу, показу взрослого; развивать физические качества, внимание, мышление, мелкую моторику рук, позитивные эмоции. Игра проводится с учетом возраста детей.л</p> <p>Подвижная игра "Самолет, лети!" Цель: развивать двигательные навыки детей, бег врассыпную, ориентировку в пространстве, умения двигаться по сигналу, умения согласовывать свои движения с произносимыми</p> <p>Игра-упражнение "Сбей кеглю". Цель: развивать навыки прокатывания мяча по прямой до цели, умение быть внимательным, ловким и терпеливым. Оборудование: набор кеглей, большой мяч. Для</p>		

	<p>упражнение, подуть как ветер, показывает упражнение. Дует легкий ветерок — ф-ф-ф...</p> <p>Качает так листок — ф-ф-ф... (Выдох спокойный, ненапряженный)</p> <p>Дует сильный ветерок — ф-ф-ф...</p> <p>И качает так листок — ф-ф-ф... (Активный выдох)</p>	<p>расстоянии 2-3 шагов от лежащего обруча (очерченного круга).</p> <p>Каждому выдается мешочек с песком, показывается черта для выполнения упражнения.</p> <p>По сигналу дети бросают мешочки в цель; по сигналу их собирают, возвращаются на свои места.</p> <p>Упражнение повторяется несколько раз.</p> <p>Указания к применению: мячи бросать, меняя правую и левую руки.</p>	<p>Педагог разбрасывает "монетки" связанные в узелки (целлофановые в том числе) на определенной площадке.</p> <p>Каждому ребенку выдается мешочек (побольше) для сбора тенге.</p> <p>По сигналу дети расходятся по площадке, собирают "тенге", каждый в свой мешочек.</p> <p>После того, как монетки на площадке закончатся, педагог подзывает детей к себе.</p> <p>Дети вместе со взрослым рассматривают монетки, которые собрали, выражают радость "Вот, сколько много тенге!"</p> <p>Вариант (только в помещении): педагог приглашает детей за столы, где расположены миски. Каждый игрок высыпает монетки из</p>	<p>словами.</p> <p>Мы ручками похлопаем - Хлоп-хлоп-хлоп,</p> <p>Мы ножками потопаем - Топ-топ-топ,</p> <p>Мы руки все подняли и дружно опустили,</p> <p>И сели все в волшебный самолёт, (руки, согнутые в локтях, перед грудью)</p> <p>Завели мотор - Ж-ж-ж, ж-ж-ж...</p> <p>(крутить медленно руками перед грудью, увеличивая темп)</p> <p>Самолет, лети! Нас не подведи!</p> <p>Самолёт летит, и мотор гудит - У-у-у, у-у-у (руки в стороны, поочерёдные наклоны влево и вправо),</p> <p>Полетели...(легкий бег в рассыпную)</p>	<p>выполнения упражнения необходима ровная поверхность.</p>
--	---	--	--	---	---

				<p>мешочка в миску. Дети могут "перемешивать" монетки в миске, радоваться процессу манипуляции с предметами. Затем каждый по одной монетке выкладывает на стол. Педагог приговаривает: "Один тенге. Два тенге. Три тенге. Вон, как много тенге собрали! Молодец!"</p> <p>В конце игры педагог следит за тем, чтобы все оборудование было собрано в специальную коробку.</p>	<p>По сигналу педагога останавливаются.</p>		
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00			Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)			
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Перепрыгнем через лужицу". Цель: упражнять детей выполнять прыжки вверх с места, закреплять навыки ходьбы и</p>		<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Зайка серенький сидит". Цель: познакомить с бросанием мяча вдаль правой рукой (левой), упражнять в ходьбе по гимнастической доске,</p>	<p>2. Младшая группа «_____» "Перетягивание каната". Задачи: учить детей ходить по прямой, по веревке, сохрняя равновесие при поддержке</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Казахская народная игра". Цель: упражнять детей в ползании на четвереньках и подлезании под рейку (веревку),</p>	

	<p>бега: ходьба по ограниченной площади поверхности, поточным методом; ходьбы и бега по кругу; умение совершать действия в соответствии с текстом, ориентироваться в пространстве; двигаться хаотично, не сталкиваясь друг с другом.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Вместе с птичками перепрыгнем через лужу". Задачи: отработать умения детей ползать по гимнастической скамейке; соблюдать координацию движений при ползании; развивать приемы техники ползания по гимнастической скамейке; соблюдать координацию движений при ползании; развивать приемы техники ползания по гимнастической скамейке;</p>	<p>развивать чувство равновесия, умение ориентироваться в пространстве, воспитывать двигательную активность.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Веселый ручей". Задачи: отработать умения детей ползать по гимнастической скамейке; соблюдать координацию движений при ползании; развивать приемы техники ползания по гимнастической скамейке; выполнять общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Чистый родник". Задачи: продолжать формировать навыки бега в колонне по</p>	<p>педагога; развивать чувство равновесия, ловкость, мышцы спины и ног; воспитывать усердие.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "С праздником Наурыз!". Задачи: продолжать учить навыкам построения в строю, находить свое место в строю. Развивать навыки прыжка двумя ногами (ноги вместе). Познакомить детей с национальной игрой "Ақшамшық".</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Ходьба по бревну".</p>	<p>закреплять умение ходить по гимнастической скамейке, способствовать развитию чувства равновесия и ориентировки в пространстве.</p>
--	---	---	---	---

	<p>скамейке; выполнять общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками; пополнять знания о свойствах воды.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Весенние ручьи". Задачи: продолжать формировать навыки прыжка двумя ногами(ноги вместе); развивать навыки быстрого бега, ловкость, быстроту.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Челночный бег". Цель: формировать навыки перестроения в звенья по три; навыки ходьбы в чередовании с бегом; навыки прыжка в длину с места не менее 70 сантиметров; навыки</p>	<p>одному, друг за другом, на носках, координирование движения рук и ног, соблюдая интервал, меняя направление.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Бег врассыпную". Цель: продолжать формировать навыки бега врассыпную; навыки бега в разном направлении; развивать навыки ползания по гимнастической скамейке; навыки перестроения в колонну по три.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Выбирай предмет для упражнения". Задачи: совершенствовать навыки лазания по лестнице до верха гимнастической стенки и спуска с переходом на другой интервал.</p>	<p>Цель: продолжать формировать навыки бега приставным шагом вперед; в разном направлении; развивать навыки ходьбы по бревну, перестроения в колонну по два, по три.</p>
--	--	---	--

		<p>метания в горизонтальную цель (с расстояния 2–2,5 метра) правой и левой рукой.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Ходьба поскоками с кнутом". Цель: учить ходить с кнутом в руке и при ходьбе поскоками подбирать мелкие предметы (монеты в платочках); упражнять в прыжках боком через короткую веревку.</p>		переходя на другой интервал.		
Прогулка	11.10 - 12.10	Nаблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста « <u>16.10 - 16.30</u> »	3. Средняя группа « <u>16.10 - 16.30</u> »	3. Средняя группа « <u>16.10 - 16.30</u> »	4. Старшая группа « <u>16.10 - 16.30</u> »	1. Группа раннего возраста « <u>16.10 - 16.30</u> »

		2. Младшая группа « <u> </u> 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа « <u> </u> 16.35 - 17.00	4. Старшая группа « <u> </u> 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа « <u> </u> 16.35 - 17.00	2. Младшая группа « <u> </u> 16.35 - 17.00
Организацио нныe моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		18.03.2024г.	19.03.2024г.	20.03.2024г.	21.03.2024г.	22.03.2024г.

Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p>1. ИП: стоя, ос, шарики в опущенных руках, по бокам; 1- поднять руки вверх, встряхнуть руками (шарики держать крепко); 2- ип. (Повторить 4-5 раз)</p> <p>2. ИП: стоя, ос, шарики в опущенных руках, по бокам; 1- повороты направо (налево), встряхнуть руками (шарики держать крепко); 2- ип. (Повторить по 2 раза на каждую сторону)</p> <p>3. ИП: стоя, ноги широко расставлены, шарики в согнутых руках перед собой; 1- наклониться вперед, коснуться шариками носков ног; 2- ип. (Повторить 4-5 раз)</p> <p>4. ИП: сидя, ноги врозь, руки с шариками вытянуть в стороны ; 1- поднять руки вверх, постучать шариками друг о друга; 2- ип. (Повторить 4-5 раз)</p> <p>5. ИП: стоя, ос, шарики в согнутых руках перед собой; 1-4 прыжки на месте. Переход на ходьбу - 1-4. Повторить упражнения два раза.</p> <p>6. Спокойная ходьба.</p>
		<p>Подвижная игра "Бегите к флагжку". Цель: упражнять детей действовать в соответствии с правилами, ориентироваться на цветовой сигнал, выполнять бег в разных направлениях не наталкиваться друг на друга. Педагог раздает детям флагжи двух цветов: красного и синего. Он, держа в одной руке красный, в другой — синий флагжок, разводит руки в стороны; дети группируются со стороны флагжа соответствующего цвета. Затем он предлагает детям</p> <p>Музыкально-ритмическое упражнение "Ходим - бегаем". Раз, два, раз! Раз, два, раз! Весело, весело мы идем! Раз, два, раз! Раз, два, раз! Песенку, песенку мы поем. А теперь бегом, бегом</p> <p>Малоподвижная игра "Хочешь с нами поиграть?". Цель: развивать умение ходить ровным кругом, держась за руки, совершая игровые действия в соответствии с текстом; воспитывать дружелюбие, расширять кругозор. Ход. Дети образуют круг, внутри которого находится водящий. По сигналу дети начинают движение по кругу друг за другом, высоко</p>

		<p>погулять по площадке. Пока дети гуляют, педагог переходит на другую сторону и говорит: «Раз, два, три—скорей сюда беги!» - при этом он протягивает руки с флагжками в стороны. Дети бегут к нему и собираются возле флагжка своего цвета.</p>	<p>И по комнате кругом. Вот как быстро мы бежали И нисколько не устали! Вот как быстро мы бежали И устали — да, да, да!</p>	<p>поднимая колени и энергично взмахивая руками. Водящий движется внутри круга в противоположную сторону. Произносят текст: - Хочешь с нами поиграть? Быстро нужно называть Свою любимую игрушку Куклу, зайку, погремушку... Ну-ка, громко, раз, два, три, Ты игрушку назови. По окончании текста дети и водящий останавливаются. Тот ребенок, напротив которого остановился водящий, называет свою любимую игрушку, а затем становится следующим водящим.</p>		
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Ястребы и ласточки". Цель: упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке друг за другом, учить самостоятельно подниматься и сходить со скамейки; ползать на четвереньках по гимнастической</p>		<p>1. Группа раннего возраста «_____» "К нам пришел Алдар Коце". Цель: закреплять умение детей бросать и ловить; упражнять ходьбе по наклонной доске и ползании на четвереньках, учить дружно играть, помогать</p>		

		<p>скамейке; способствовать развитию чувства равновесия и ориентировки в пространстве.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Казахская народная игра". Задачи: развивать навык ходьбы по веревке, умение ходить друг за другом при ходьбе по веревке и не отходя от веревки; упражнять в ходьбе, сохраняя равновесие, помогать преодолевать робость. развивать умения ходить ножницами по тонкой веревке; пополнять знания о празднике "Наурыз".</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Весенне равноденствие". Задачи: продолжать формировать сохранение равновесия при ходьбе по веревке. Развивать навыки быстрого бега. Привить интерес к национальным играм.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Перелезание через бревно". Цель: формировать навыки прыжка через 4–5 линий; навыки</p>	<p>друг другу.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Какой ровный аркан". Задачи: закреплять умение ходить и бегать по кругу с цветами в руках; упражнять: в ходьбе и беге врассыпную, в ходьбе и беге с остановкой на сигнал педагога, поднимать цветы вверх; обобщать умения ходить друг за другом, не отрываясь от веревки, при ходьбе по канату положенному на пол; формировать правильную осанку при ходьбе по доске.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Ура, март пришел!". Задачи: продолжать формировать навыки бега в колонне по одному, друг за другом, на носках, координирование движения рук и ног, соблюдая интервал, меняя направление.</p> <p>4. Старшая группа</p>	
--	--	---	---	--

		<p>перелезания через бревно; продолжать развивать навыки бега врассыпную, бега 3 раза по 5 метров.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Незнакомцы на улице".</p> <p>Закрепление.</p> <p>Задачи: закреплять правила поведения при общении с незнакомыми лицами на улице; закреплять навыки ходьбы поскоками с кнутом в руке, умения прыгать боком через короткие скакалки, расположенные на расстоянии 40 см друг от друга, умения прыгать с одной ноги на другую с поворотом вперед на двух ногах; совершенствовать физические качества.</p>		<p>«_____» "Перешагивание через набивные мячи".</p> <p>Задачи: формировать навыки перешагивания поочередно через 5–6 набивных мячей, положенных на расстоянии друг от друга; развивать навыки ходьбы в чередовании с бегом, прыжками, с изменением направления, темпа.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Прыжки вверх до предмета, висящего на высоте 25 см".</p> <p>Задачи: учить прыгать вверх до предмета, висящего на высоте 25 см.</p>		
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____»	3. Средняя группа	3. Средняя группа «_____»		

		16.10 - 16.30 2. Младшая группа « <u>16.35 - 17.00</u> »	« <u>16.10 - 16.30</u> » 5. Предшкольная группа « <u>16.35 - 17.00</u> »	16.10 - 16.30 4. Старшая группа « <u>16.35 - 17.00</u> »		
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		25.03.2024г.	26.03.2024г.	27.03.2024г.	28.03.2024г.	29.03.2024г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55					
		Подготовка к утренней гимнастики				
		КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ				

Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p>Подвижная игра "Лягушки-попрыгушки".</p> <p>Цель: упражнять детей выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, перепрыгивание через лежащий на полу шнур.</p> <p>Ход. На одной стороне зала на полу лежит шнур – это "болотце". Дети – "лягушки-попрыгушки" становятся на другой стороне зала в одну шеренгу на исходную линию. Педагог говорит:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Скачут по дорожке Прыткие ножки. Это лягушки, лягушки-попрыгушки. Ква-ква-ква, ква-ква-ква, 	<p>Подвижная казахская народная игра "Бөрік-тепек".</p> <p>Цель: тренировать детей в бросании на дальность, развивать умение проявлять силу, ловкость, меткость, дружелюбие.</p> <p>Все участники игры становятся шеренгой (в один ряд) и по очереди бросают вперед малые мячи или мешочки (одинакового объема, веса). Бросивший ближе всех обязан собрать мячи (или мешочки) и раздать их остальным участникам. Кто трижды бросит мяч (или мешочек) дальше всех, выбывает из игры и считается первым победителем.</p>	<p>Подвижная игра "Птички летают".</p> <p>Цель: учить детей по сигналу бегать врассыпную, бегать, неталкиваясь друг на друга.</p> <p>Педагог указывает на то, что птички сидят в домиках.</p> <p>На сигнал "Птички летают!" дети бегают по площадке, изображая птиц. На сигнал "Кот!" "птички улетают" в свои домики. Игра повторяется.</p>	<p>Музыкально-ритмическое упражнение "Волшебные ладошки".</p> <p>Похлопаем в ладошки, похлопаем немножко,</p> <p>Похлопаем в ладошки. Очень хорошо!</p> <p>Похлопаем в ладошки, похлопаем немножко,</p> <p>Похлопаем в ладошки. Очень хорошо! (дети хлопают в ладоши),</p> <p>И пальчики попляшут, и пальчики попляшут,</p> <p>И пальчики попляшут, и пальчики попляшут,</p> <p>У маленьких ребят. И пальчики попляшут, и пальчики попляшут,</p> <p>А девочки и мальчики все ровненько сидят</p>
---------------------	---------------	--	---	--	---

Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45		<p>Лягушки-попрыгушки. Играющие соответсвии с ритмом стихотворения выполняют прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (примерно 16 прыжков) до "болотца" и прыгают через шнур, произнося: "Плюх!".</p> <p>После паузы игровое упражнение повторяется.</p> <p>Дети второй шеренги вступают в игру чуть позже и только по сигналу педагога.</p>			(дети показывают фонарики).
Подготовка к ОД	08.50 - 09.00					Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15			<p>1. Группа раннего возраста «_____» "В мире спорта". Цель: закреплять</p>	<p>2. Младшая группа «_____» "В мире спорта". Задачи: закреплять умение ходьбы и бега</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Мы сильные, быстрые, ловкие!".</p>

			<p>умение ходьбы и бега врассыпную, по кругу с цветными флагами; упражнять в ходьбе и беге с остановкой на сигнал педагога; упражнять детей в умении по сигналу педагога поднимать и опускать флаги, торжественно шагать на одном месте; закреплять умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать в глубину; совершенствовать навыки прыжков на двух ногах через подвижную игру.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Спорт – это искусство". Задачи: учить детей ходить по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие, при поддержке педагога</p>	<p>врассыпную, по кругу с цветными флагами; упражнять в ходьбе и беге с остановкой на сигнал педагога; упражнять детей в умении по сигналу педагога поднимать и опускать флаги, торжественно шагать на одном месте; закреплять умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать в глубину; совершенствовать навыки прыжков на двух ногах через подвижную игру.</p>	<p>Цель: закреплять умение ходьбы и бега врассыпную, по кругу с цветными флагами; упражнять в ходьбе и беге с остановкой на сигнал педагога; упражнять детей в умении по сигналу педагога поднимать и опускать флаги, торжественно шагать на одном месте; закреплять умение ходить по гимнастической скамейке.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Прыжки с ноги на ногу". Задачи: продолжать формировать навыки ходьбы приставным шагом вперед, приставным шагом назад. Развивать навыки прыжка с ноги на ногу. Закрепить основные</p>
--	--	--	--	--	---

			<p>спрыгивать на пол на две ноги; отрабатывать навыки выполнения упражнений с предметами; формировать устойчивый интерес к спортивным упражнениям; развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по скамейке, мышцы спины, ног, внимание; воспитывать выносливость, целеустремленность, дружелюбие.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Мы умелые ребята". Цель: продолжать формировать навыки бросания мяча на расстоянии 1-1,5 метра; развивать навыки построения в строй, навыки катания мяча в горизонтальную цель.</p> <p>4. Старшая группа</p>	<p>двигательные упражнения.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Лазание по гимнастической стенке". Цель: продолжать формировать навыки бега с ускорением и замедлением темпа со сменой ведущего; лазание по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Бросание мяча друг другу через шнур". Цель: учить ходить по гимнастической скамейке, бросать мяч через шнур.</p>
--	--	--	---	--

			<p>«_____» "Бег парами". Цель: продолжать формировать навыки метания предметов на дальность; развивать навыки бега парами в разном направлении; приставным шагом вперед, меняя направление; бег с ускорением и замедлением темпа со сменой ведущего.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Прыжок вверх с разбега". Цель: учить ходить по кеглям, развивать умения прыгать на месте и с продвижением вперед на расстояние 6-8 м.</p>	
Прогулка	11.10 - 12.10		Nаблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.	
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00		Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.	

Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.					
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.					

Циклограмма организованной деятельности инструктора по физической культуре на 2023 -2024 уч. год

Организации образования (детский сад /мини-центр/ предшкольный класс) _____
На какой период составлен план (указать дни недели, месяц, год): апрель, 2023-2024 год

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		01.04.2024г.	02.04.2024г.	03.04.2024г.	04.04.2024г.	05.04.2024г.
Подготовка к утренней гимнастике	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ Комплекс общеразвивающих упражнений с флагжками. 1. Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, флагжок в одной руке. 1.1. Исходное положение: поднять руки вверх, наклониться в одну и другую сторону - ""Ветер колышет флагжок"". 1.2. Исходное положение: сидя, ноги вытянуть, флагжок в одной руке. 1.3. Исходное положение: поднять руку вверх, помахать флагжком над головой и опустить. 1.4. Исходное положение: то же выполнить другой рукой. (Повторить 4-5 раз каждой рукой) 2. Исходное положение: сидя, ноги врозь, флагжок держат руками вниз. 2.1. Исходное положение: выпрямиться, поднять флагжок вверх. 2.2. Исходное положение: (повтор 3р). 3. Исходное положение: ноги вместе, корпус расслаблен, флагжки на коленях. 3.1. Исходное положение: положение лежа, поднимают флагжок вверх. 3.2. Исходное положение: (повтор 3 р). 4. Исходное положение: сидя, ноги врозь, флагжок держат руками вниз.				

			4.1.Флажки на уровне груди, прыжки на месте. 4.2.Исходное положение: (повтор 3 р).		
	Динамическое упражнение "Часы". Цель: развивать речь, двигательные навыки, чувство ритма, умения двигаться согласно текста - Тик-так, тик-так! Все часы идут вот так: Тик-так (наклонить голову то к одному, то к другому плечу), Смотри скорей, который час: Тик-так, тик-так, тик-так (раскачивайтесь в такт маятника), Налево - раз, направо - раз.	Динамическое упражнение "Тик-так". В доме кто умеет так? Это маятник в часах Отбивает каждый такт. (Наклоны влево-вправо), А в часах сидит кукушка, У неё своя избушка. (Дети садятся в глубокий присед)	Подвижная игра "Космонавт". Педагог: - Дети, сегодня поиграем в новую игру. Наша игра называется "Космонавт". Я познакомлю вас с правилами игры, слушайте внимательно.	Малоподвижная игра "Колпачок". Цель: учить детей вслушиваться в текст, выполнять движения. В центре круга сидит на корточках ребенок. Дети идут хороводным шагом, произносятся слова: - Колпачок, колпачок, маленькие ножки, Красные сапожки. Мы тебя поили (грозят пальцем), Мы тебя кормили (грозят другой рукой), На ноги	Ритмическое упражнение "Если хочешь стать ..." (профессии). Цель: развивать слуховое внимание, чувство ритма, внимание, воображение, двигательные навыки; воспитывать желание играть вместе со всеми. Если хочешь стать мальяром — делай так, ("красят кистью") Если хочешь стать швеей, то делай так ("печатают на машинке") Если будешь ты

		<p>Мы тоже можем так, (ноги вместе, руки на поясе. На счет "раз" голову наклоните к правому плечу, потом - к левому, как часики), Тик-так, тик-так.</p>	<p>по кругу, Не касаются друг друга. (Вращение туловищем вправо) Повернёмся мы с тобой Против стрелки часовой. (Вращение туловищем влево) А часы идут, идут, (Ходьба на месте) Иногда вдруг отстают. (Замедление темпа ходьбы) А бывает, что спешат, Словно убежать хотят. (Бег на месте) Если их не заведут, То они совсем встают. (Дети останавливаются)</p>	<p>словами о действиях космонавта (космонавт плывет в воздухе, космонавт летит в небо, космонавт носит скафандр, космонавт машет рукой) дети повторяют. Дети, у которых правильно выполняют задание, побеждают.</p>	<p>поставили (поднимают руки вверх, ребенок в центре встает), Танцевать заставили. Танцуй, сколько хочешь (ребенок выполняет танцевальные движения), Выбирай, кого захочешь, Поклониться не забудь, Выбирай кого-нибудь (ребенок подходит к выбранному ребенку, кланяется ему и выводит в центр круга). Игра повторяется с другим ребенком.</p>	<p>водитель — делай так ("вращают руль") Если будешь ты сапожник — делай так (топают ногами) Если будешь ты столяр — делай так (хлопают в ладоши) Если будешь ты спортсмен – делай так (приседают)</p>
--	--	---	--	---	---	--

Подготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "Терпение и труд - все перетрут". Цель: учить детей быстро и чётко реагировать на сигнал педагога при выполнении упражнений; продолжать учить ползать на четвереньках и проползать под веревку, бросать предмет на дальность правой и левой рукой, воспитывать интерес к занятию и самостоятельность. 2. Младшая		1. Группа раннего возраста «_____» "В мире космоса". Цель: создать у детей праздничное настроения; формировать у детей знания о здоровом образе жизни; учить детей ходьбе по наклонной доске, упражнять в метании на дальность от груди, приучать детей согласовывать движения с движениями других детей, действовать по сигналу.	2. Младшая группа «_____» "В мире космоса". Задачи: упражнять детей ходить колонной по одному, бегать врассыпную, разводить руки в стороны, выполнять взмахи правой и левой рукой с флагштоками в руках; совершенствовать умение выстраиваться в шеренгу, технику прыжков на двух ногах с продвижением вперед до предмета, удерживая тело в пространстве;	1. Группа раннего возраста «_____» "В гости к Лунтику". Цель: создать радостное настроение; развивать умение ходить, перешагивая через предметы; развивать умение бегать между двумя линиями; умение перепрыгивать через веревку, лежащую на полу; подползать под дугу (высота 50 см от пола); бросать мяч двумя руками снизу. 3. Средняя группа

		<p>группа «_____» "Спорт". Задачи: закреплять умение ходьбы и бега врассыпную, по кругу с цветными флажками; упражнять в ходьбе и беге с остановкой на сигнал педагога; упражнять детей в умении по сигналу педагога поднимать и опускать флаги, торжественно шагать на одном месте; закреплять умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать в глубину; совершенствовать</p>	<p>2. Младшая группа «_____» "Полетели в космос!". Задачи: формировать у детей умение подпрыгивать с места вверх на двух ногах, дотягиваясь до висящего над головой предмета на расстоянии; учить опускаться после прыжка на две ноги, соблюдая равновесие; развивать глазомер, силу, быстроту, реакцию, основные группы мышц; воспитывать выносливость,</p>	<p>пополнять знания о космосе.</p>	<p>«_____» "Космические чудеса". Задачи: продолжать совершенствовать навыки прыжка двумя ногами; навыки ходьбы с высоким подниманием колен. Развивать навыки катания мяча двумя руками.</p>
					<p>4. Старшая группа «_____» "Ходьба и бег по наклонной доске". Цель: продолжать формировать навыки ходьбы и бега по наклонной доске вверх и вниз; навыки ходьбы врассыпную;</p>

		<p>навыки прыжков на двух ногах через подвижную игру.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Космонавты - наша гордость". Цель: продолжать учить навыкам ходьбы с высоким подниманием колен. Развивать навыки быстрого бега (10-20 метр). Совершенствоват ь навыки вползания в дугу.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Бег на 50–60 метров". Задачи: продолжать формировать навыки ходьбы в</p>	<p>целеустремленнос ть.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Космонавты - наша гордость". Задачи: продолжать учить навыкам ходьбы с высоким подниманием колен. Развивать навыки быстрого бега (10-20 метр). Совершенствоват ь навыки вползания в дугу.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Переход с пролета на пролет". Задачи: формировать навыки лазанья по гимнастической</p>	<p>навыки бега в разные стороны; развивать навыки бега с ускорением темпа, ходьбы в чередовании с прыжками.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Безопасность в погоду". Закрепление. Цель: развивать понимание взаимосвязи важности важности соблюдения правил безопасности в связи с изменением погоды; отрабатывать навыки прыжков в приставным</p>
--	--	--	--	--

		<p>чередовании с бегом; навыки бега на 50–60 метров; навыки метания в горизонтальную цель правой и левой рукой; развивать навыки перестроения в круг, в колонну.</p> <p>5. Предшкольная группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Бросание мяча друг другу". Цель: обучение прыжкам из обруча на 40 см в обруч на одной ноге; бросания мяча.</p>	<p>стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево; закрепить навыки навыки ходьбы в чередовании с бегом, с прыжками.</p> <p>5. Предшкольная группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Упражнения в бросании мяча друг другу". Цель: совершенствование умений ходить по гимнастической скамейке с набивными мячами, бросании друг другу.</p>	<p>шагом правым, левым боком вперед поочередно; закреплять навыки ходьбы по гимнастической скамейке с мячами, умения прыгать из обруча на расстояние 40 см в следующий обруч на одной ноге;</p> <p>совершенствовать физические качества.</p>
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр,		

		Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.						
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.						
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.						
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.						



		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		08.04.2024г.	09.04.2024г.	10.04.2024г.	11.04.2024г.	12.04.2024г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений без предмета.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Исходное положение: ноги врозь, руки вниз. - вытянуть руки в стороны - руки на уровне груди произнести: "р-р-р" - руки в стороны - исходное положение: произнести "вниз". - крутить руки на уровне груди. "Стучим по коленкам". - Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки сзади. 1-2- наклоны в право, постучать по коленке. 3-4- Исходное положение: наклоны влево, постучать по коленке. "Поглаживание". - Исходное положение: сидя на полу, ноги врозь, руки в стороны. - Поглаживать правой ногой левую ногу. 3-4 р. - 4-5 р. Исходное положение. "Смотрим на носочки". - Исходное положение: сидя на коленках, руки на поясе (сзади, на плечах). - 1-2- повернуться назад, посмотреть на пятки. - 3-4- исходное положение. 				
		Тренировка	Подвижная игра	Динамическое	Подвижная игра	Ритмическое

		<p>дыхания. - В руки шарик я взьму, Изо всех сил дую. Уф-ф-ф, Громко-громко наддуваю, Шарик стал большим. Пуф.</p>	<p>"Кто дальше бросит". Цель: упражнять детей в бросании предмета на дальность. Дети стоят в шеренге на одной стороне зала. Все получают мешочки с песком и по сигналу педагога бросают их в даль. Каждый должен заметить, куда упал его мешочек. По сигналу педагога дети бегут к своим мешочкам, берут их в руки и поднимают над головой. ПЕдагог отмечает тех, кто бросил мешочек дальше всех.</p>	<p>упражнение "Вот, какие горы!". Цель: развивать у детей умение выполнять движения по звуковому сигналу, закреплять навык построения в колонну. Выполнять движения в соответствии с текстом; развивать положительные эмоции, умение подражать. - Вот, какие горы! (тянут руки вверх, встают на носки), Высокие. Вот, какие степи! (расставляют ноги шире, разводят руками в стороны), Широкие. Вот, какие реки! (бегут на месте),</p>	<p>"Поезд". Цель: развивать у детей умение выполнять движения по звуковому сигналу, закреплять навык построения в колонну. Упражнять в ходьбе, беге друг за другом. Дети строятся в колонну по одной стороне площадки.</p> <p>Первый – паровоз, остальные вагоны. Педагог дает гудок, дети начинают двигаться вперед (без сцепления). В начале медленно, затем – быстрее, постепенно</p>	<p>упражнение "Будем прыгать и скакать!". Цель: развивать вестибулярный аппарат, координацию движений, физические навыки, умение соотносить движения с текстом; вызывать положительные эмоции;</p> <p>- Раз, два, три, четыре, пять!</p> <p>Будем прыгать и скакать! (прыжки на месте), Наклонился правый бок (наклоны туловища влево- вправо), Раз, два, три. Наклонился левый бок.</p>
--	--	---	---	---	---	---

				<p>Быстрые. Вот, какие травы! (садятся на корточки), Низкие. Вот, как лодку Качают. (стоя, покачивание туловища), Вот, как детки Играют (показ руками "фонариков"). Д. Ахметова</p>	<p>переходя на бег, произносят "Чу- чу-чу!". "Поезд подъезжает к станции" - говорит педагог. Дети постепенно замедляют темп и останавливаются. Педагог вновь дает гудок, движения поезда возобновляются.</p>	<p>Раз, два, три. А сейчас поднимем ручки (руки вверх), И дотянемся до тучки. Сядем на дорожку (присесть), Разомнем мы ножки. Согнем правую ножку (сгибать ноги в коленях), Раз, два, три! Согнем левую ножку, Раз, два, три. Ноги высоко подняли (поднять ноги вверх), И немного поддержали. Головою покачали (движения головой), И все дружно вместе встали</p>
--	--	--	--	---	--	---

						(встать).
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Полетели на ракете". Цель: развивать у детей умение организованно перемещаться в определенном направлении, формировать умение ходить как ("солдат", "мышка", "собачка", "птичка", "медведь" и другие); ходить, перешагивая через предметы; упражнять в ползании, развивать ловкость и</p>		<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Медвежата в чаще жили". Цель: упражнять детей в ходьбе стайкой; ходьбе по широкой доске, держа равновесие; подлезать под дугу на четвереньках; закреплять умение выполнять задание по инструкции педагога;</p>	<p>2. Младшая группа «_____» "Кто старается, тому награда". Задачи: упражнять детей ходить и бегать по кругу, бегать врасыпную, разводить руки в стороны, выполнять взмахи правой и левой рукой с цветами в руках; упражнять в ползание на четвереньках и подлезание под дугу;</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Идем, высоко поднимая колени". Цель: развивать у детей умение ходить с высоким подниманием колен; упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен; развивать скоростные способности детей; расширять знания о том, что планета Земля – это наш дом.</p>

		<p>координацию движений.</p> <p>2. Младшая группа «_____»</p> <p>"Долетим до края космоса".</p> <p>Задачи:</p> <p>отработать технику умения подпрыгивать вверх, держа в руках баскетбольный мяч; бросать мяч вверх и вперед, бросать в цель; способствовать развитию чувства равновесия и ориентировке в пространстве; воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.</p>	<p>2. Младшая группа «_____»</p> <p>"Мы ползаем, не ленимся!".</p> <p>Задачи:</p> <p>упражнять детей в умении подлезать на четвереньках под дугу;</p> <p>отрабатывать навыки выполнения упражнений с предметом;</p> <p>продолжать учить шагать, развивать чувство ритма, мышцы спины, ног и рук;</p> <p>развивать навыки соблюдения равновесия в положении стоя на четвереньках;</p> <p>развивать силу, терпение, уверенность в</p>	<p>дружными, помогать друг другу.</p>	<p>просторы".</p> <p>Задачи:</p> <p>продолжать формировать навыки ходьбы приставным шагом вперед, приставным шагом назад, ходьбы с высоким подниманием колен;</p> <p>отрабатывать умение метать в цель правой и левой рукой;</p> <p>навыки бега в рассыпную;</p> <p>развивать равновесие и координацию.</p> <p>4. Старшая группа «_____»</p> <p>"Метания в вертикальную цель".</p> <p>Цель:</p>
--	--	---	--	---------------------------------------	--

		<p>3. Средняя группа «_____» "Волшебный космос". Задачи: закрепить навыки бега друг за другом, на носках, координирование движения рук и ног, соблюдая интервал, меняя направление; навыки ходьбы по гимнастической скамейке.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Прыжки на одной ноге". Цель: формировать навыки перестроения в звенья по три, равнение по ориентирам;</p>	<p>себе.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Берегите нашу планету!". Задачи: формировать навыки прыжка двумя ногами (ноги врозь); отрабатывать навыки метания мяча через сетку; развивать навыки ходьбы на носках, с высоким подниманием колен, двигаться, не наталкиваясь друг на друга; развивать координацию движений, позитивное отношение к физическим упражнениям.</p>	<p>формировать навыки метания в вертикальную цель с расстояния 1,5–2 метра; продолжать формировать навыки ходьбы в колонне с изменением направления, темпа; навыки бега с ускорением и замедлением темпа; навыки перестроения в звенья по три.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Бросание мешочков с песком, взмахивая руки вперед - назад". Цель: Обучение бегу на скорость</p>
--	--	---	---	---

		<p>навыки прыжка на одной ноге; развивать навыки бега в разные стороны; навыки метания в горизонтальную цель правой и левой рукой.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Выполнение упражнения на гимнастической скамейке". Цель: учить выполнять упражнения на гимнастической скамейке, сохраняя равновесие.</p>	<p>4. Старшая группа «_____» "Перестроение в звенья по три". Цель: продолжать формировать навыки ходьбы ребристой доске; навыки бега с ускорением и замедлением темпа; навыки перестроения в звенья по три; развивать навыки бега в разные стороны.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Сохраняем равновесие". Цель: учить перебрасывать мяч одной рукой вверх и ловить</p>	(длина 20 м) до места назначения; прыжки на двух ногах из обруча в обруч.
--	--	--	--	---

				одной рукой; развивать навыки прыжка из обруча на расстоянии 40 см, сохраняя равновесия.		
Прогулка	11.10 - 12.10	Nabлюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30 4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		15.04.2024г.	16.04.2024г.	17.04.2024г.	18.04.2024г.	19.04.2024г.

Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений с полотенцами.</p> <p>1. Исходное положение: ноги врозь, корпус прямой, руки вниз. 1.1. Дети закрывают лицо полотенцем и произносят «найди меня». 1.2. Исходное положение: (повтор 4-5р). 2. Исходное положение: ноги врозь, корпус прямой, руки вниз. 2.1. Повороты на право, вытягивая руки, мнут полотенце и произносят «стираем». 2.2. Исходное положение: (повтор на левой стороне и 4 р). 3. Исходное положение: сидят на полу, ноги врозь, полотенца на коленках. 3.1. Ложатся на спинку, закрывают полотенцем лицо и произносят «поспим». 3.2. Исходное положение: (повтор 3р). 4. Исходное положение: ноги вместе, корпус расслаблен, руки вниз. 4.1. Полотенце на уровне груди, прыжки на месте. 4.2. Исходное положение: (повтор 3 р).</p>				
		Казахская подвижная народная игра "Ақ терек, көк терек". Цель: развивать силу, навыки бега, умения играть по правилам; воспитывать	Подвижная игра "Мотыльки". Цель: повысить двигательную активность; вызвать интерес и желание выполнять действия в соответствии с	Малоподвижная игра "Великаны - карлики". Цель: развивать основную группы мышц, умения детей ходить широкими, мелкими шагами, слушать	Подвижная игра "Карусели". Цель: развивать функцию равновесия, умение согласовывать свои действия со словами текста. Вызывать	Динамическая минутка "Юрта". Юрта, юрта, круглый дом, (Шагать на месте) Побывайте в доме том! (Развести руки в стороны) Гости явятся едва,

	<p>чувство сплоченности, дружбы.</p> <p>Ход. Участники игры делятся на две группы и встают, держась за руки, двумя шеренгами: одна против другой.</p> <p>Расстояние между шеренгами 10-15 м.</p> <p>Одна из групп начинает игру, обращаясь ко второй группе со словами: "Ак терек, көк терек — бізден сізге кім керек?".</p> <p>Вторая группа отвечает: — Ак терек, кек терек — сізден бізге (имя или фамилия) керек!".</p> <p>Названный игрок</p>	<p>текстом. Дети изображают мотыльков.</p> <p>Взрослый поет или говорит:</p> <ul style="list-style-type: none"> - На зеленом на лугу Мотыльки летают. И с цветочка на цветок Весело порхают (дети бегают, машут крыльышками руками, порхают с кочки на кочку), Таня вышла на лужок, У нее в руках сачок. Берегись-ка, мотылек, Улетай скорей, дружок! (взрослый держит в руках яркий сачок и пытается 	<p>внимательно звуковой сигнал, менять движение; совершенствовать реакцию, быстроту, координацию движений;</p> <p>воспитывать чувство сплоченности.</p> <p>Ход. Педагог знакомит детей с правилами: на слово "Великаны" дети идут широкими шагами, на слово "карлики" - идут мелкими шагами.</p> <p>Усложнение.</p> <p>Можно вести детей в легком непрерывном беге; среди бега педагог подает те или иные сигналы в разной</p>	<p>положительные эмоции. Дети берутся за руки и под слова взрослого двигаются по кругу сначала медленно, затем все быстрее и быстрее, а затем постепенно замедляют движение.</p> <p>- Еле, еле, еле, еле Тише, тише, не спешите,</p> <p>Завертились карусели,</p> <p>Карусель остановите.</p> <p>А потом, потом, потом</p> <p>Раз-два, раз-два, Все бегом, бегом, бегом!</p> <p>Вот и кончилась игра.</p>	<p>(Повороты туловища влево-вправо, пожимание плечами)</p> <p>В печку прыгают дрова. (Прыжки на месте на носочках)</p> <p>Плов готовится, (Поднять руки вверх, поиграть пальцами)</p> <p>Угостить торопится. (Присесть)</p> <p>Шелпеки, оладушки, (Хлопать в ладоши)</p> <p>Баурсаки, шекера камушки. (Шагать на месте)</p>
--	--	--	--	---	---

		<p>бежит к противоположной группе с тем, чтобы прорваться сквозь ее шеренгу, расцепив руки тех или иных "противников". Если это ему удается, он берет одного из "противников" и с ним возвращается обратно, если нет — остается в группе "противников".</p>	<p>поймать мотыльков, дети убегают).</p>	<p>очередности.</p>		
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Передвигаемся как муравьишки". Цель: закреплять у детей умение ползать по</p>		<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Мишкина поляна". Цель: закреплять умение выполнять основные</p>	<p>2. Младшая группа «_____» "Заслуга по труду". Задачи: упражнять в ходьбе и беге</p>	<p>1. Группа раннего возраста «_____» "Прогулка в весенний лес". Цель: закрепить умения детей ходить друг за</p>

	<p>гимнастической скамейке; перепрыгивать через две параллельные линии; упражнять ходьбе и беге в разном темпе, между двумя параллельными линиями в прямом направлении; бегу по цепочке, сохраняя равновесие.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Потрудишься - станешь лучше". Задачи: упражнять детей ходить и бегать по кругу, бегать врассыпную, разводить руки в стороны,</p>	<p>движения (ходьба, бег, прыжки); ползать на четвереньках по гимнастической скамейке; играть вместе, не толкая и не обижая друг друга; развивать координацию движений, внимание, ориентирование в пространстве.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Мы сажаем деревца". Задачи: учить метать мешочки с песком вдали из положения замаха рукой; развивать меткость, силу, положительные эмоции;</p>	<p>колонной по одному; совершенствовать технику метания мешочеков с песком вдали, правой и левой рукой; развивать чувство равновесия и ориентировку в пространстве.</p>	<p>другом между двумя параллельными линиями (длина – 2,5 м, ширина – 25 см) в прямом направлении; развивать основные группы мышц; воспитывать уверенность друг в друге.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Яблоня под нашим окном". Задачи: закреплять навыки быстрого бега (10-20 метр); навыки ходьбы по веревке, сохраняя равновесие. Развивать навыки ходьбы с высоким подниманием</p>
--	---	---	---	---

	<p>выполнять взмахи правой и левой рукой с платочками в руках; упражнять в ползание на четвереньках и подлезание под дугу;</p> <p>совершенствовать умение реагировать на сигнал педагога;</p> <p>учить детей быть дружными, помогать друг другу.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "В колыбели Матери-Земли". Задачи: закрепить навыки бега с выполнением определенных заданий, соблюдая</p>	<p>отрабатывать умение метать двумя руками поочередно, навыки выполнения упражнений с предметами; воспитывать целеустремленность, устойчивый интерес к спортивным упражнениям.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Почки на веточках". Задачи: закреплять навыки построения в строю, находить свое место в строю, круге (по зрительным ориентирам);</p>	<p>колен.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Прыжки через предметы". Цель: формировать навыки бега на 50-60 м; развивать навыки ходьбы в разном направлении, непрерывного бега в медленном темпе, навыки метания в вертикальную цель с расстояния 1,5–2 метра.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» ."Опасные животные". Закрепление. Цель: учить детей</p>
--	---	---	---

		<p>интервал, меняя направление; навыки сохранения равновесия при ходьбе по прямой дорожке, навыки подпрыгивания на двух ногах (ноги вместе – ноги врозь).</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Перелезания через скамейку". Цель: продолжать формировать навыки прыжка поочередно через 2–3 предмета, высотой 5–10 см; навыки ходьбы по наклонной доске вверх-вниз; перестроения в звенья по три; навыки бега на</p>	<p>навыки вползания в обруч, расположенного вертикально на полу.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Физические упражнения". Цель: формировать навыки перелезания через гимнастическую скамейку; продолжать формировать навыки перестроения в звенья по три, равнение по ориентирам; навыки прыжка на одной ноге; развитие чувства равномерности бега.</p>	<p>понимать состояние и поведение опасных животных, закреплять навыки бега на скорость (длина 20 м) до места назначения, навыки ходьбы между кеглями, чередуя правую и левую ноги через шнуры, умение бросать мяч одной рукой вверх, а одной рукой ловить; совершенствовать двигательные навыки.</p>
--	--	---	--	--

		<p>50-60 м.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Быстро на место!".</p> <p>Цель: продолжать развивать умения ходить между кеглями, бросать мяч одной рукой вверх и ловить одной рукой.</p>	<p>5. Предшкольная группа «_____» "Метание мешочеков с песком, сохраняя равновесие".</p> <p>Цель: продолжать развивать умения детей прыгать из обруча в обруч на расстоянии 40 см на двух ногах; ходить между кеглями, чередуя правую и левую ноги через шнурки, расставленных на расстоянии 40 см; бросать мяч одной рукой вверх и ловить одной рукой.</p>	
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.		

Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.					
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.					
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.					

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		22.04.2024г.	23.04.2024г.	24.04.2024г.	25.04.2024г.	26.04.2024г.

Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p style="text-align: center;">Комплекс общеразвивающих упражнений с мячами.</p> <p style="text-align: center;">1. Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, держат мяч.</p> <p style="text-align: center;">1.1. Исходное положение: поднять руки вверх, вытянуть вперед, сделать ножницы.</p> <p style="text-align: center;">1.2. Исходное положение: (повтор 4-5р).</p> <p style="text-align: center;">2. Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки вниз.</p> <p style="text-align: center;">2.1. Исходное положение: поднимают руки вверх, ставят мячики на плечо.</p> <p style="text-align: center;">2.2. Исходное положение: (повтор 4р).</p> <p style="text-align: center;">3. Исходное положение: сидя, ноги врозь, мячики на коленях.</p> <p style="text-align: center;">3.1. Исходное положение: ноги вместе, держат мяч, обнимают себя.</p> <p style="text-align: center;">3.2. Исходное положение: (повтор 3р).</p> <p style="text-align: center;">4. Исходное положение: ноги вместе, корпус расслаблен, руки вниз.</p> <p style="text-align: center;">4.1. Мяч на уровне груди, прыжки на месте.</p> <p style="text-align: center;">4.2. Исходное положение: (повтор 3р).</p>				
		Словесно-ритмическое упражнение "Погремушка". Ахметова Д. Цель: побуждать детей читать стихотворение о погремушке, эмоционально	Подвижная игра "Мой веселый звонкий мяч". Цель: развивать у детей умение прыгать ритмично, в соответствии с текстом стихотворения,	Динамическое упражнение - Бабочки проснутся летом. Цель: развивать у детей умение прыгать, рассветом. И отправятся гулять, Солнце красное встречать (ходьба,	Подвижная игра "Поймай комара". Цель: развивать у детей умение согласовывать движения со зрительным сигналом, упражнять детей в	Музыкально-ритмические движения "Гуляем". Цель: развивать слуховое, зрительное внимание, чувство ритма, музыкальный

		<p>отражая события; проговаривать слова "динь-динь".</p> <p>Дети подражают взрослому, повторяя также слова из строк.</p> <p>Погремушка, погремушка (фонарики руками)</p> <p>Очень громкая игрушка.</p> <p>Покачаем, погремим,</p> <p>По коленкам постучим.</p> <p>(постукивание кулаками по коленкам)</p> <p>Динь-динь-динь, (покачивание кулаками перед собой в такт)</p> <p>Динь-динь-динь, По коленкам постучим.</p>	<p>выполнять движения по сигналу.</p> <p>Упражнять в беге, в подпрыгивании на 2 ногах. Дети стоят в кругу.</p> <p>Педагог находится в центре. Берет большой мяч и начинает отбивать его рукой о землю, говоря: "Мой веселый, звонкий мяч...".</p> <p>Педагог подзывает к себе детей и предлагает им попрыгать как мячики. Дети прыгают в том же темпе. Педагог кладет мяч и повторяет стихотворение, делая движение</p>	<p>ходьба на носочках, поднимая и опуская руки через стороны (вверх),</p> <p>Мы, легко порхая, над травой кружим - Так звезда ночная на волне дрожит (бег врассыпную, обычный бег),</p> <p>Бабочка присели на цветочек белый:</p> <p>- Очень мы устали, Целый день летали! (построение врассыпную).</p>	<p>прыжках (подпрыгивание на месте).</p> <p>Играющие становятся по кругу, на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру.</p> <p>Педагог находится в середине круга.</p> <p>Он держит в руках прут длиной – 1- 1,2 метра с привязанным на шнуре картонным комаром. Длина шнура – 50 см.</p> <p>Педагог обводит прутом, "кружит комара", немного выше головы играющих. Когда комар летит над головой, ребенок подпрыгивает,</p>	<p>слух, двигательные навыки, умение подражать показу взрослого, радоваться процессу выполнения упражнения.</p> <p>Топ! Топ!</p> <p>Веселей!</p> <p>Топочите ножки!</p> <p>Топ! Топ!</p> <p>Веселей! Ну, еще немножко!</p> <p>Погуляем мы с тобой, вместе погуляем,</p> <p>Погуляем мы с тобой. Песни распеваем.</p> <p>Хлоп! Хлоп!</p> <p>Веселей!</p> <p>Хлопайте в ладошки!</p> <p>Хлоп! Хлоп!</p> <p>Веселей! Ну еще немножко!</p>
--	--	---	---	---	---	--

		<p>(постукивание кулаками по коленкам)</p> <p>Динь-динь-динь, (покачивание кулаками перед собой в такт)</p> <p>Динь-динь-динь, По коленкам постучим.(постукивание кулаками по коленкам)</p>	<p>рукой, так, как будто отбивает мяч, а дети прыгают.</p> <p>Закончив стихотворение, педагог говорит: "Догоню!". Дети убегают.</p>		<p>стараясь его поймать. Тот, кто схватит комара, говорит "Я поймал!". Затем педагог снова обводит прутом круг.</p>	
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	<p>1. Группа раннего возраста</p> <p>«_____»</p> <p>"Куда бежите ножки, по весенней дорожке?".</p> <p>Цель: закреплять технику ходьбы по ограниченному пространству, технику перелезания через бревно удобным</p>		<p>1. Группа раннего возраста</p> <p>«_____»</p> <p>"Лягушата прыгать любят".</p> <p>Цель: формировать у детей двигательные умения и навыки, развивать психофизические качества; совершенствовать</p>	<p>2. Младшая группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Техника бросания мяча".</p> <p>Задачи: развивать у детей технику метания мяча двумя руками из-за головы; воспитывать ловкость при метании мяча двумя руками из-</p>	<p>1. Группа раннего возраста</p> <p>«_____»</p> <p>"Мы - маленькие спортсмены".</p> <p>Цель: упражнять в умении держать равновесие во время ходьбы по гимнастической доске, подниматься и спускаться с ящичка,</p>

		<p>для ребенка способом, технику выполнения броска мяча от груди и его ловлю, технику выполнения подскоков; вызвать у детей эмоциональный отклик; расширять и обогащать знания детей по теме деревья весной.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Терпение и труд". Задачи: упражнять в умении выстраиваться в один ряд; закреплять навык</p>	<p>подлезание под дугу, прыжки в обруч из обруча изображая движения лягушат, ходьбу змейкой между кеглями; расширять знания детей о празднике.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Круглый шанырак". Задачи: учить детей бросать мяч вперед; приучать принимать положение расставленных ног, держа мяч в руках над головой; развивать глазомер, мышцы</p>	<p>за головы; расширять знания детей о празднике.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Вместе дружная семья". Задачи: закрепить навыки бега в рассыпную; навыки лазанья под дугу. Воспитывать интерес к активной двигательной деятельности и</p>	<p>продолжать учить ползать на четвереньках и проползать под веревку, бросать предмет на дальность правой и левой рукой, воспитывать интерес к занятию и самостоятельность.</p>
--	--	--	---	---	---

		<p>метания мешочеков с песком вдаль, правой и левой рукой; развивать чувство равновесия и ориентировку в пространстве; воспитывать смелость, выдержку и внимание.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Веточка тополя". Задачи: закреплять навыки быстрого бега (10-20 метр); навыки ходьбы по веревке, сохраняя равновесие; развивать навыки ходьбы с высоким подниманием колен; побуждать</p>	<p>ног, спины, рук; развивать умение включаться в игры-упражнения,пытывать радость от физических упражнений.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "В кругу друзей". Задачи: закрепить навыки бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом, на носках, соблюдая интервал, меняя направление; навыки прыжков в глубину (с высоты 15–20 сантиметров).</p>		<p>потребности в ней.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Прыжки с высоты". Цель: формировать навыки бега в разных направлениях; навыки прыжков с высоты 20–25 сантиметров; развивать навыки челночного бега, навыки ходьбы по наклонной доске вверх - вниз.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Метание предмета в вертикальную цель с расстояния</p>
--	--	--	--	--	---

		<p>двигаться по сигналу, быть внимательным; воспитывать дружеские чувства.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Прыжки с короткой скакалкой".</p> <p>Цель: формировать навыки бега в разных направлениях, бег с ловлей; прыжки с короткой скакалкой; развитие навыков перестроения в звенья по три, равнение по ориентирам; развитие чувства равномерности (ритмичности) бега.</p>	<p>4. Старшая группа «_____» "Бег с ловлей". Цель: продолжать формировать навыки челночного бега 3 раза по 5 метров; навыки ходьбы по наклонной доске вверх-вниз; навыки бега с ловлей; навыки перестроения в звенья по три.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Отработка прыжка на стул с помощью рывка одной ногой". Цель: продолжать формировать у детей навыки бега на скорость, прыжка с</p>	<p>5 метров". Цель: учить метать предметы в вертикальную цель с расстояния 5 метров.</p>
--	--	---	---	--

		<p>5. Предшкольная группа «_____» "Прыжки на стул со взмахом одной ноги". Цель: обучение прыжкам на скамейку с взмахом ноги; упражнять в прыжковых упражнениях.</p>		помощью рывка.		
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30
		5. Предшкольная	4. Старшая группа	5. Предшкольная		

		2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	группа «_____» 16.35 - 17.00	«_____» 16.35 - 17.00	группа «_____» 16.35 - 17.00	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организацио нныe моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

**Циклограмма организованной деятельности инструктора
по физической культуре на 2023 -2024 уч. год**

Организации образования (детский сад /мини-центр/ предшкольный класс)
На какой период составлен план (указать дни недели, месяц, год): май, 2023-2024 год

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		29.04.2024г.	30.04.2024г.	01.05.2024г.	02.05.2024г.	03.05.2024г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений с цветами.</p> <p>1. Исходное положение: ноги слегка открыты, корпус прямой, руки держат цветы.</p> <p style="margin-left: 40px;">1-1 - не сгибая рук, поднять вверх, помахать.</p> <p style="margin-left: 40px;">1-2 - опустить руки, плавные движения рук.</p> <p style="margin-left: 40px;">1-3 - исходное положение (повторить 4-5 р).</p> <p>2. Исходное положение: прямая стойка, руки вниз.</p> <p style="margin-left: 40px;">2-1 - левую ногу вперед, поворот корпуса вправо, круговые движения кистями рук; правую ногу вперед, поворот корпуса налево, круговые движения кистями рук.</p> <p style="margin-left: 40px;">2-2 - исходное положение (повторить 3-4 р).</p> <p>3. Исходное положение: сидя на полу, ноги вместе, положить двумя руками цветы на колени.</p> <p style="margin-left: 40px;">3-1 - руки в стороны, приседание.</p> <p style="margin-left: 40px;">3-2 - выпрямиться.</p> <p style="margin-left: 40px;">3-3 - руки в стороны, приседание.</p> <p style="margin-left: 40px;">3-4 - исходное положение: (повторить 3-4 р).</p>				

		<p>4. Исходное положение: ноги вместе, руки на уровне груди.</p> <p>4-1 - легкие прыжки на месте.</p> <p>4-2 - исходное положение (повторить 3-4 раза).</p>		
	<p>Подвижная игра "Зашагали ножки по дорожке" Цель: упражнять детей в самостоятельной ходьбе. Учитьходить в одном направлении. Вызывать удовольствие от общения со взрослым. Вселять уверенность в своих возможностях. Педагог встает на расстоянии 1,5—2 м от детей. Затем расстояние можно увеличить. Он ласково манит к</p>	<p>Малоподвижная игра "Зернышки". Учить детей действовать по правилам, развивать выносливость. Педагог говорит: "Посадили зернышки в землю". Дети садятся на пол, сжимаются в комок. "Полил дождь, а потом засветило солнце. Стали зернышки прорастать, появились росточки", — продолжает педагог. Дети медленно</p>	<p>Подвижная игра "Гуси лебеди". Цель: совершенствовать навыки различного бега, умения играть по сигналам, по правилам, общим и задачам согласно роли в игре; развивать ловкость, быстроту, гибкость, силу; воспитывать чувство дружбы, доброжелательности. Ход. На одном краю площадки — дом для гусей, на другом конце стоит пастух.</p>	<p>Музыкально-ритмическое упражнение "Ходим — бегаем". - Раз, два, раз! Раз, два, раз! Весело, весело мы идем! Раз, два, раз! Раз, два, раз! Песенку, песенку мы поем. А теперь бегом, бегом И по комнате кругом. Вот как быстро мы бежали И нисколько не устали! Вот как быстро мы бежали И устали — да,</p>

		<p>себе детей со словами:</p> <p>- Зашагали наши ножки Ну-ка, веселее топ-топ,</p> <p>Прямо по дорожке, топ-топ.</p> <p>Это наши ножки, топ-топ,</p> <p>Вот мы как умеем, топ-топ,</p> <p>Шагают по дорожке.</p>	<p>поднимаются, подтягиваются, поднимая руки - "росточки" вверх, поворачиваясь к "солнышку".</p>		<p>Сбоку от дома логово волка, остальное - лужок. По считалке выбирается волк (либо два волка). В качестве пастуха может выступить один из детей. Дети в роли волков стоят на своих местах. Диалог пастуха и гусей: - Гуси! Гуси! - Га-га-га! - Есть хотите! - Да, да, да! - Так летите же домой!</p> <p>- Серый волк под горой, непускает нас домой! - Так летите, как хотите только крылья берегите!</p> <p>После этих слов, "гуси, расправив крылья, летят"</p>	<p>да, да!</p>
--	--	--	--	--	--	----------------

(бегут) в противоположную от себя сторону к пастуху. Волк выбегает, старается изловить гусей. Игра повторяется несколько раз.

Примечание: пойманым считается тот, кого задели рукой; пойманный выходит из игры, ждет, пока пройдет последний круг одной игры, где останутся самые неуловимые "гуси".

"Неуловимые гуси" становятся победителями, получая возможность стать "волками" в

					следующей игре. А также посчитывается количество "гусей, пойманных волками" в этой игре. Тот, кто поймал больше всех - тоже получает право снова стать "волком" в следующей игре.	
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "Когда твои друзья со мной". Цель: упражнять в умении выполнять упражнения в паре продолжать учить ползать на четвереньках и		2. Младшая группа «_____» "Как солдатики в строю". Задачи: учить детей ходить по по наклонной доске в направлении вверх, вниз; учить держать	1. Группа раннего возраста «_____» "Взяли в руки мы флажки". Задачи: упражнять детей катить мяч двумя руками педагогу, упражнять детей в ползании на четвереньках по	

		<p>проползать под веревку, бросать предмет на дальность правой и левой рукой, воспитывать интерес к занятию и самостоятельность; расширять знания детей о празднике.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Запомни, как мы бросаем мяч". Задачи: совершенствовать у детей технику метания мяча двумя руками из-за головы; воспитывать ловкость при метании мяча двумя руками из-</p>		<p>равновесие, опираться на помощь взрослого; поддерживать у желании шагать в марше, высоко поднимая колени; развивать внимание, вестибулярный аппарат, мышцы ног, спины; воспитывать интерес к армейской службе, учить испытывать чувство радости от выполнения маршевых движений.</p>	<p>прямой (на расстоянии 4 м), закреплять навыки детей в ходьбе и беге стайкой за педагогом не наталкиваясь друг на друга, вызвать у детей желание заниматься и выполнять упражнения вместе со всеми.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Защитники Отечества". Задачи: закрепить навыки медленного бега (50-60сек.); прыжки в глубину (с высоты 15–20 сантиметров); развивать навыки бросания мяча</p>
--	--	--	--	---	---

		<p>за головы; расширять знания детей о празднике.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Мы - дружбой сильны". Задачи: развивать навыки бросания мяча на расстоянии 1-1,5 метра; навыки прыжка с ноги на ногу, двумя ногами.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Бег со сменой ведущего". Задачи: формировать навыки ходьбы в чередовании с другими движениями;</p>			<p>вдаль.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Перелезание через бревно". Цель: формировать навыки ходьбы по линии, сохраняя равновесие; навыки ходьбы с остановкой, навыки бега в разные стороны; развивать навыки ходьбы на носках, пятках, на внешней стороне стопы, навыки перестроения в звенья по три.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Кто умнее?". Задачи:</p>
--	--	--	--	--	---

		<p>навыки бега со сменой ведущего; навыки перелезания через гимнастическую скамейку; развивать навыки перестроения в звенья по три.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Метание палки в цель на расстоянии 5 метров". Задачи: учить метать палки в вертикальную цель с расстояния 5 метров; формировать ловкость.</p>			упражнять в перестановке в три ряда (получение попутного кегля), в ползании между перекладинами.
Прогулка	11.10 - 12.10	Nаблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.			
Самостоятельная	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к			

работа в зале		семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.					
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.					
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30		4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.					

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница

		06.05.2024г.	07.05.2024г.	08.05.2024г.	09.05.2024г.	10.05.2024г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55			Подготовка к утренней гимнастики		
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45			<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p style="text-align: center;">Комплекс общеразвивающих упражнений с флагжками.</p> <p>1. Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, флагжок в одной руке.</p> <p>1.1. Исходное положение: поднять руки вверх, наклониться в одну и другую сторону - ""Ветер колышет флагжок"".</p> <p>1.2. Исходное положение: сидя, ноги вытянуть, флагжок в одной руке.</p> <p>1.3. Исходное положение: поднять руку вверх, помахать флагжком над головой и опустить.</p> <p>1.4. Исходное положение: то же выполнить другой рукой. (Повторить 4-5 раз каждой рукой)</p> <p>2. Исходное положение: сидя, ноги врозь, флагжок держат руками вниз.</p> <p>2.1. Исходное положение: выпрямиться, поднять флагжок вверх.</p> <p>2.2. Исходное положение: (повтор 3р).</p> <p>3. Исходное положение: ноги вместе, корпус расслаблен, флагжки на коленях.</p> <p>3.1. Исходное положение: положение лежа, поднимают флагжок вверх.</p> <p>3.2. Исходное положение: (повтор 3 р).</p> <p>4. Исходное положение: сидя, ноги врозь, флагжок держат руками вниз.</p> <p>4.1. Флагжки на уровне груди, прыжки на месте.</p> <p>4.2. Исходное положение: (повтор 3 р).</p>		
		Дыхательная гимнастика "Ветерок". Цель: побуждать к выполнению дыхательных		Динамические упражнения "Мы с ребятами дружны" Мы с ребятами дружны	Подвижная игра "Лягушки-попрыгушки". Цель: упражнять детей выполнять прыжки на двух	Ритмическое упражнение "Небо голубое". Небо голубое (протягивать руки в стороны и

		<p>упражнений, развивать умение подражать показу взрослого, вызывать чувство радости. Педагог призывает выполнить упражнение, подуть как ветер, показывает упражнение. Дует легкий ветерок — ф-ф- ф... Качает так листок — ф-ф-ф... (Выдох спокойный, ненапряженный) Дуст сильный ветерок — ф-ф- ф... И качает так листок — ф-ф-ф... (Активный выдох)</p>	<p>(протягивать правую руку к правой), Будут нам подарки (протягивать левую руку к левой, не опуская правую), Дружно мы живем (показывать друг на друга), В мире мы живем (показывать на себя), Руки друг другу дадим (держаться за руки), И всех победим. Солнцу улыбнемся (поднимать руки вверх), Вырастим большими (соединять руки наверху).</p>	<p>ногах с продвижением вперед, перепрыгивание через лежащий на полу шнур. Ход. На одной стороне зала на полу лежит шнур – это "болотце". Дети – "лягушки- попрыгушки" становятся на другой стороне зала в одну шеренгу на исходную линию. Педагог говорит: - Скачут по дорожке Прыткие ножки. Это лягушки, лягушки- попрыгушки. Ква-ква-ква, ква- ква-ква, Лягушки- попрыгушки.</p>	<p>поднимать вверх), Солнце золотое (вытягивать руки вперед и поднимать вверх), Дышится свободно (опускать руки), Когда друзья рядом (держать руки у сердца), И голубой, как небо (поднимать руки вверх), Флаг Казахстана (качать руками вправо-влево наверху), Развевается свободно.</p>
--	--	---	---	--	---

					Играющие соответствии с ритмом стихотворения выполняют прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (примерно 16 прыжков) до "болотца" и прыгают через шнур, произнося: "Плюх!". После паузы игровое упражнение повторяется. Дети второй шеренги вступают в игру чуть позже и только по сигналу педагога.	
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00		Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)			
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____»		1. Группа раннего возраста «_____»	2. Младшая группа «_____»	1. Группа раннего возраста «_____»

		<p>"Вот какие девочки, вот какие мальчики".</p> <p>Цель:</p> <p>воспитывать доброе отношение к папе, вызывать чувство гордости за своего отца.</p> <p>Закреплять умение детей строиться и идти друг за другом легкими, торжественными шагами;</p> <p>совершенствовать технику ходьбы вверх и вниз по наклонной доске;</p> <p>развивать сохранять равновесие при ходьбе вверх и вниз по наклонной доске.</p> <p>2. Младшая</p>	<p>"Маршируем как солдаты".</p> <p>Цель: закреплять умение детей строиться и идти друг за другом легкими, торжественными шагами;</p> <p>совершенствовать технику ходьбы вверх и вниз по наклонной доске;</p> <p>развивать ловкость, быстроту, реакцию в поддержании физического равновесия при ходьбе по наклонной доске.</p> <p>2. Младшая группа «_____»</p> <p>"Мы защитники Отечества".</p>	<p>"Одуванчики".</p> <p>Цель: продолжать учить детей бросать мяч вдали; отрабатывать основы техники бросания мяча от груди, а также держа над головой, навыки выполнения упражнения с предметами;</p> <p>развивать внимание, глазомер, мышцы рук и спины;</p> <p>воспитывать усердие, внимательность, любовь к растительному миру.</p>	<p>"В гости к солнышку".</p> <p>Цель:</p> <p>формировать у детей интерес к двигательной активности; упражнять в умении ходить друг за другом, по кругу;</p> <p>воспитывать умение слышать сигналы и реагировать на них; обогащать знания детей по теме "Природа весной".</p> <p>3. Средняя группа «_____»</p> <p>"Бабочки проснулись".</p> <p>Задачи: закрепить навыки бега в разных направлениях, в</p>
--	--	---	---	--	--

		<p>группа «_____»</p> <p>"Мы похожие друг на друга солдатики".</p> <p>Задачи: учить детей строиться и идти друг за другом легкими, торжественными шагами; совершенствовать технику ходьбы вверх и вниз по наклонной доске; развивать ловкость, быстроту, реакцию в поддержании физического равновесия при ходьбе вверх и вниз по наклонной доске; развивать умение соблюдать указанное</p>	<p>Цель: закрепление техники ходьбы детей вверх и вниз по наклонной доске; отработка учебной деятельности; воспитание у детей сообразительности, ловкости.</p> <p>3. Средняя группа «_____»</p> <p>"Вместе дружная семья".</p> <p>Задачи: закрепить навыки бега в колонне по одному, соблюдая интервал, меняя направление; навыки ходьбы приставным шагом вперед, назад, с высоким подниманием</p>	<p>быстрым (до 10 – 20 метров), непрерывно в медленном темпе (в течение 50-60 сек.); навыки ходьбы приставным шагом вперед, приставным шагом назад, с высоким подниманием колен; навыки построения в строю, находить свое место в строю, круге (по зрительным ориентирам). Воспитывать интерес к активной двигательной деятельности и потребности в ней.</p> <p>4. Старшая группа</p>
--	--	--	--	---

		<p>направление во время ходьбы и бега, развивать чувство равновесия, глазомер, воспитывать выдержку.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "С чего начинается Родина".</p> <p>Задачи: закрепить навыки медленного бега (50-60сек.); влезания на гимнастическую стенку и обратно с нее; развивать двигательную активность детей, интерес к физкультурной деятельности.</p>	<p>колен, метания в горизонтальную цель с прыжками вверх.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Ходьба по сигналу".</p> <p>Задачи: формировать навыки прыжка на одной ноге; навыки перешагивания поочередно через 5–6 набивных мячей, расположенных на расстоянии друг от друга, с разными положениями рук; развивать навыки перестроения в звенья по три; навыки ходьбы в чередовании с</p>	<p>«_____» "Прыжки с поворотами".</p> <p>Задачи: продолжать формировать навыки прыжка на месте с поворотами направо, налево; навыки метания в горизонтальную цель правой рукой; развивать навыки ходьбы на носках, с высоким подниманием колена.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Прыжки через скакалку боком".</p> <p>Задачи: учить детей прыгать через скакалку на двух ногах;</p>
--	--	--	--	--

		<p>4. Старшая группа «_____» "Ходьба по линии". Задачи: формировать навыки ходьбы по линии, сохраняя равновесие, навыки ходьбы с остановкой, навыки бега в разные стороны; развивать навыки ходьбы на носках, пятках, на внешней стороне стопы, навыки перестроения в звенья по три.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Опасные насекомые". Закрепление. Задачи:</p>	<p>другими движениями, с остановкой, по сигналу.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Кто быстрее?". Цель: развивать умения быстро передвигаться, прыгать в высоту с разбега, перестраиваться в три ряда.</p>	<p>упражнять в броске мяча друг другу двумя руками от груди; совершенствовать навыки прыжков в разных ситуациях, сохраняя равновесие при выполнении различных видов прыжков.</p>
--	--	--	---	--

		<p>формировать представление о разных насекомых, в том числе опасных для человека; закреплять умения метать предмет в вертикальную цель с расстояния 5 метров, умение ползать между рейками по ребристой доске, умение лазать по гимнастической лестнице; развивать навыки безопасного поведения в природе.</p>			
Прогулка	11.10 - 12.10	Nаблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.			
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.			

Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30		3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30
		2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00		4. Старшая группа «_____» 16.35 - 17.00	5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		13.05.2024г.	14.05.2024г.	15.05.2024г.	16.05.2024г.	17.05.2024г.
Подготовка к утренней	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				

гимнастики							
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений без предмета.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки на уровне груди, круговые движения кистями рук. 2. Исходное положение: ноги слегка открыты, руки сзади. Сесть, обнять коленки, встать, руки сзади. 3. Исходное положение: ноги врозь, руки в стороны. Вытянуть руки вперед, коснуться руками носочков. Встать, руки сзади, принять основную стойку. 4. Исходное положение: вытянуть ноги вперед, сзади руками упираться об пол. Поднять правую ногу, опустить. Поднять левую ногу, опустить. 5. Исходное положение: ноги вместе, руки на поясе. Прыжки вокруг себя. <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 5px; vertical-align: top;"> Динамическое упражнение "Часы". Цель: развивать речь, двигательные навыки, чувство ритма, умения двигаться согласно текста - Тик-так, тик-так! Все часы идут вот так: Тик-так (наклонить голову </td> <td style="padding: 5px; vertical-align: top;"> Динамические упражнения "Мы с ребятами дружны" Мы с ребятами дружны (протягивать правую руку к правой), Будут нам подарки (протягивать левую руку к левой, не опуская правую), </td> <td style="padding: 5px; vertical-align: top;"> Казахская народная игра "Ақ сүйек" ("Белая кость"). Цель: развивать игровые, коммуникативные навыки, ловкость, меткость, силу, внимание, мышление; воспитывать осознанное отношение в выполнению </td> <td style="padding: 5px; vertical-align: top;"> Ритмическое упражнение "Мы посадим зернышко". Д. Ахметова. Мы посадим зернышко (Посадка на корточки, руки на коленях) Под высоким солнышком, (Покачивание головой) Вырастит </td> <td style="padding: 5px; vertical-align: top;"> - Мы ногами топ-топ Мы ногами топ-топ, Мы руками хлоп-хлоп! Мы глазами миг-миг, Мы плечами чик-чик. Раз — сюда, два - туда, Повернись вокруг себя. Раз — присели, </td> </tr> </table>	Динамическое упражнение "Часы". Цель: развивать речь, двигательные навыки, чувство ритма, умения двигаться согласно текста - Тик-так, тик-так! Все часы идут вот так: Тик-так (наклонить голову	Динамические упражнения "Мы с ребятами дружны" Мы с ребятами дружны (протягивать правую руку к правой), Будут нам подарки (протягивать левую руку к левой, не опуская правую),	Казахская народная игра "Ақ сүйек" ("Белая кость"). Цель: развивать игровые, коммуникативные навыки, ловкость, меткость, силу, внимание, мышление; воспитывать осознанное отношение в выполнению	Ритмическое упражнение "Мы посадим зернышко". Д. Ахметова. Мы посадим зернышко (Посадка на корточки, руки на коленях) Под высоким солнышком, (Покачивание головой) Вырастит	- Мы ногами топ-топ Мы ногами топ-топ, Мы руками хлоп-хлоп! Мы глазами миг-миг, Мы плечами чик-чик. Раз — сюда, два - туда, Повернись вокруг себя. Раз — присели,
Динамическое упражнение "Часы". Цель: развивать речь, двигательные навыки, чувство ритма, умения двигаться согласно текста - Тик-так, тик-так! Все часы идут вот так: Тик-так (наклонить голову	Динамические упражнения "Мы с ребятами дружны" Мы с ребятами дружны (протягивать правую руку к правой), Будут нам подарки (протягивать левую руку к левой, не опуская правую),	Казахская народная игра "Ақ сүйек" ("Белая кость"). Цель: развивать игровые, коммуникативные навыки, ловкость, меткость, силу, внимание, мышление; воспитывать осознанное отношение в выполнению	Ритмическое упражнение "Мы посадим зернышко". Д. Ахметова. Мы посадим зернышко (Посадка на корточки, руки на коленях) Под высоким солнышком, (Покачивание головой) Вырастит	- Мы ногами топ-топ Мы ногами топ-топ, Мы руками хлоп-хлоп! Мы глазами миг-миг, Мы плечами чик-чик. Раз — сюда, два - туда, Повернись вокруг себя. Раз — присели,			

		<p>то к одному, то к другому плечу), Смотри скорей, который час: Тик-так, тик-так, тик-так (раскачивайтесь в такт маятника), Налево - раз, направо - раз. Мы тоже можем так, (ноги вместе, руки на поясе. На счет "раз" голову наклоните к правому плечу, потом - к левому, как часики), Тик-так, тик-так.</p>	<p>Дружно мы живем (показывать друг на друга), В мире мы живем (показывать на себя), Руки друг другу дадим (держаться за руки), И всех победим. Солнцу улыбнемся (поднимать руки вверх), Вырастим большими (соединять руки наверху).</p>	<p>правил игры. Ход. Участники игры становятся в шеренгу. Ведущий берет белую кость (можно использовать резиновый мяч, деревянный ключ, резные палочки и т. д.) и напевает: Белая кость - знак счастья, ключ, лети до луны, До белых снежных вершин! Находчив и счастлив тот, Кто тебя в миг найдет! После чего ведущий бросает кость за шеренгу играющих. В этот момент никто не должен оглядываться назад, чтобы не</p>	<p>пшеница, (Постепенное вставание, вытягивание рук вверх) Будет колоситься. (Покачивание руку влево-вправо, ноги широко стоят, перенос тяжести с одной ноги на другую) Намолотим урожай, (Ноги вместе, согнутые руки перед собой, вращение рук) За пшеницей заезжай. (Имитация вращения руля) Приготовим кулаки, (Руки перед собой, сжаты в кулаки) Намолоть хотим</p>	<p>два — привстали, Руки кверху все подняли. Сели - встали, сели - встали, Ванькой-встанькой словно стали</p>
--	--	--	--	---	---	---

				<p>видеть, в какую сторону летит кость. Когда кость упадет, ведущий объявляет: Ищите кость - Найдете счастье скорей! А найдет его тот, кто быстрей и ловчей! Цель действий - быстро найти кость и незаметно для остальных принести ее ведущему. Если дети заметят ее, они преследуют игрока и, слегка ударив по плечу, отбирают кость, затем тоже бегут к ведущему. Для того чтобы быть незаметным и без препятствий донести кость до ведущего, можно</p>	<p>муки. (Перетирание тыльных сторон кулаков между собой)</p> <p>Из муки намесим тесто, (Имитация замеса теста) Раскатаем тесто вместе. (Имитация раскатывания скалкой)</p> <p>Бабушка теперь возьмет, (Имитация баурсаков)</p> <p>Баурсаки напечет. (Раскрытие ладони перед собой, обдувание)</p>	
--	--	--	--	---	--	--

				<p>проявить хитрость, находчивость. Иной игрок под предлогом того, что он не может найти кость, идет к ведущему шагом, отвлекает внимание соперников различными способами (например, громко говорит, указывая на другого, и утверждает, что кость якобы у него и т. д.). Если игрок нашел кость, т. е. оказался счастливцем, то вся группа или один из группы исполняют его желание: поют,</p>		
--	--	--	--	--	--	--

				<p>читают стихи, подражают голосам животных. Правила игры. Осаленный, преследуемый игроком, обязан сразу же передать белую кость. Оглядываться во время полета кости нельзя. Искать ее разрешается только после сигнала ведущего. Тот, кто нарушает правила игры, несет наказание по велению победителя.</p>	
Прдготовка к ОД	08.50 - 09.00			Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)	
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____» "Мишка"		1. Группа раннего возраста «_____» "Красивая"	2. Младшая группа «_____» "Подуем на" 1. Группа раннего возраста «_____» "Морковка для"

		<p>косолапый по лесу идет". Цель: упражнять детей действовать по сигналу, бегать в прямом направлении, разводить руки в стороны, выполнять взмахи правой и левой рукой с цветами в руках; развивать умение бросать мяч вверх и вперед; перебрасывать мяч через ленту, натянутую на уровне груди ребенка.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Одуванчики". Задачи: продолжать учить</p>	<p>полянка". Цель: упражнять детей держать мяч обеими руками и одной рукой, развивать умение бросать мяч вверх и вперед; перебрасывать мяч через ленту; разводить руки в стороны, выполнять взмахи правой и левой рукой с цветами в руках; способствовать развитию чувства равновесия.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "В мире одуванчиков". Задачи: упражнять детей ходить колонной</p>	<p>одуванчик". Задачи: закрепить навык метания мяча двумя руками вверх и вперед (над сеткой); совершенствовать умение бросать в цель; отработать учебную деятельность; стимулировать дыхательную гимнастику, дополняя знания о садово-огородном цветке; закрепить навык метания мяча двумя руками вверх и вперед (над сеткой); совершенствовать умение бросать в цель; отработать учебную деятельность;</p>	<p>зайчика". Цель: упражнять детей пролезанию в обруч, перелезанию и переползанию на четвереньках между предметами; развивать ловкость, координацию.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Труд весной". Задачи: закрепить навыки бега непрерывно в медленном темпе (в течение 50-60 сек.); навыки вползания в обруч, расположенного вертикально на полу; метания мяча в</p>
--	--	--	---	---	--

		<p>детей бросать мяч вдали; отрабатывать основы техники бросания мяча от груди, а также держа над головой, навыки выполнения упражнения с предметами; развивать внимание, глазомер, мышцы рук и спины; воспитывать усердие, внимательность, любовь к растительному миру.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "В поле за цветами". Задачи: закрепить навыки бега в</p>	<p>по одному, бегать врасыпную, разводить руки в стороны, выполнять взмахи правой и левой рукой с цветами в руках; развивать умение бросать мяч вверх и вперед; совершенствовать ходьбу по наклонной доске, умение выстраиваться в шеренгу; способствовать развитию чувства равновесия, ловкости и смелости.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Весенние цветы". Задачи: закрепить навыки бега в</p>	<p>стимулировать дыхательную гимнастику, дополняя знания о садово-огородном цветке.</p>	<p>вертикальную цель правой и левой рукой.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Ловля мяча при беге". Задачи: продолжать формировать навыки ловли мяча при беге; навыки перешагивания поочередно через 5-6 набивных мячей, расположенных на расстоянии друг от друга, с разными положениями рук. Совершенствовать навыки ходьбы и бега на носках, с высоким подниманием</p>
--	--	--	---	---	--

		<p>разном направлении; прыжки в глубину (с высоты 15–20 сантиметров); развивать навыки бросания мяча на расстоянии 1-1,5 метра.</p> <p>Воспитывать устойчивый интерес к занятиям по физической культуре.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Повороты в строю". Задачи: продолжать формировать навыки метания в горизонтальную цель левой рукой, навыки перестроения в</p>	<p>разных направлениях, в быстром (до 10-20 метров), непрерывно в медленном темпе (в течение 50-60 секунд); навыки ходьбы приставным шагом вперед, приставным шагом назад, с высоким подниманием колен; навыки построения в строю, находить свое место в строю, круге (по зрительным ориентирам).</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Стройся, направо!". Задачи:</p>	<p>колена, мелким и широким шагом.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Катание обруча в прямом направлении". Задачи: обучение детей катанию обруча в прямом направлении.</p>
--	--	--	---	---

		<p>звенья по три, повороты направо, налево, кругом в строю. Совершенствуют навыки бега на носках, с высоким подниманием колена, мелким и широким шагом.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Прыжки боком через канат". Цель: упражнять в соблюдении равновесия при ходьбе по приподнятым предметам, прыжкам боком.</p>	<p>продолжать формировать навыки прыжка в длину с места не менее 70 сантиметров; навыки метания в вертикальную цель с расстояния 1,5–2 метра; совершенствовать навыки перестроения в звенья по три; с поворотами направо, налево, кругом в строю.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Опасные растения". Закрепление. Задачи: развивать у детей представления о правилах</p>	
--	--	---	---	--

				безопасности при наблюдении незнакомых, опасных растений в природе; закреплять навыки ходьбы и бега по горизонтальному бревну, умения прыгать с правой стороны ноги (3 раза), затем с поворотом на 180 градусов, с левой стороны, навыки перешагивания через мячи, держа руки на поясе; укреплять дружбу и сотрудничество.		
Прогулка	11.10 - 12.10	Nabлюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				

самообразованию						
Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		20.05.2024г.	21.05.2024г.	22.05.2024г.	23.05.2024г.	24.05.2024г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя	08.00 - 08.45	КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ				

гимнастика	<p>Комплекс общеразвивающих упражнений с маленькими пластиковыми шарами.</p> <p>1. Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки вниз.</p> <p>1.1. Исходное положение: поднять руки вверх, встряхивают пластиковые шары двумя руками.</p> <p>1.2. Исходное положение: (повтор 4-5р).</p> <p>2. Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки вниз.</p> <p>2.1. Исходное положение: повороты направо, встряхивают пластиковыми шарами.</p> <p>2.2. Исходное положение: (повтор 4р).</p> <p>2.3. Исходное положение: повороты налево, встряхивают пластиковыми шарами.</p> <p>2.4. Исходное положение: (повтор 4р).</p> <p>3. Исходное положение: сидя на полу, ноги врозь, руки в стороны.</p> <p>3.1. Исходное положение: ноги вместе, поднять руки вверх, встряхнуть пластиковыми шарами.</p> <p>3.2. Исходное положение: (повтор 4р).</p> <p>4. Исходное положение: ноги вместе, корпус расслаблен, руки вниз.</p> <p>4.1. Исходное положение: пластиковые шары сзади, прыжки на месте.</p> <p>4.2. Исходное положение: (повтор 4р).</p>
	<p>Динамические упражнения. Скачут резво по дорожке, Две лягушки-подружки, Прыгают, ква-ква, У них важные дела. Они рано встают, Лица в пруду моют.</p> <p>Игра-упражнение "Во дворе стоит сосна". Цель: закреплять умения согласовывать движения со словами; развивать слуховое</p> <p>Малоподвижная игра "Пузырь". Упражнять детей вставать в круг, действовать в соответствии с текстом стихотворения, использовать всю площадь зала. Ход игры: дети вместе с</p> <p>Подвижная игра: "Ворота". Цель: развивать у детей интерес к здоровью, игре, совершенствовать физические навыки, повышать настроение через игру; воспитывать ловкость, сообразительность</p> <p>Ритмическое упражнение под стихотворение "Ручеек". Д. Ахметова. Цель: побуждать детей к внимательному слушанию стихотворных строчек, развивать умение</p>

		<p>Скачут вправо-влево, Вот какое дело. Вдруг найдут в воде кувшинку, Чтоб удобно было спинке. И почесывает брюшко, На листочках им уютно.</p>	<p>внимание, восприятие, артикуляцию, память, речь.</p> <p>Во дворе стоит сосна, (Потягивания - руки вверх)</p> <p>К небу тянется она.</p> <p>Тополь вырос рядом с ней, (Стойка на носках, руки вверх)</p> <p>Быть он хочет подлинней.</p> <p>Ветер сильный налетал,</p> <p>Все деревья раскачал (Наклоны вправо -</p>	<p>педагогом берутся за руки и образуют небольшой круг, становясь плотно друг к другу. На слова:</p> <p>"Раздувайся, пузырь, раздувайся большой, оставайся такой, да не лопайся!"</p> <p>дети отходят назад, держась за руки до тех пор, пока педагог не скажет: "Лопнул пузырь!". По этому сигналу дети опускают руки приседают на корточки, произнося: "Хлоп!". Можно после слов "Лопнул пузырь!" предложить</p>	<p>ь, любознательность, воспитывать интерес к игре, активность; воспитывать у детей здоровый образ жизни.</p> <p>Дети, взявшись за руки, делают круг и образуют "ворота". В середине один ребенок избирается волком.</p> <p>- Волк в ловушку попал,</p> <p>Кто его догнал?</p> <p>Капкан мы построим</p> <p>Волка мы поймаем.</p> <p>Когда говорят "Волка мы поймаем", закрывают ворота, опускают руки,</p>	<p>эмоционально откликаться, выполнять ритмические движения, слова вслед за педагогом.</p> <p>Ручеек, ручеек (Ходьба в одном направлении друг за другом)</p> <p>Все течет да течет От камушки до камушки,</p> <p>(Прыжки с продвижением вперед (руки на поясе, ноги вместе))</p> <p>От камушки до камушки,</p> <p>Бежит, бежит, (Бег на носках)</p> <p>Шлеп, шлеп, (Прыжки на месте)</p> <p>Плюх, плюх! (Ходьба)</p>
--	--	--	--	--	---	--

			<p>влево)</p> <p>Ветки гнутся взад-вперед,</p> <p>Ветер их качает, гнёт. (Рывки руками перед грудью)</p> <p>Будем вместе приседать - (Приседания)</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять.</p> <p>Мы размялись от души (Дети идут на места)</p> <p>И на место вновь спешим.</p>	<p>детям, не разрывая рук, двигаться к центру круга, произнося при этом "ш-ш-ш" (воздух выходит). После чего снова "надувать пузырь".</p>	<p>ребенок в середине пытается выбраться из ловушки.</p>	<p>Ух! (Остановиться, развести руки в стороны)</p>
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста «_____»		1. Группа раннего возраста «_____»	2. Младшая группа «_____»	1. Группа раннего возраста «_____»

		<p>"По ровненькой дорожке, шагают наши ножки". Цель: упражнять детей держать мяч обеими руками и одной рукой, собирать разные по размеру мячи и шарики, уметь самостоятельно класть их в корзину (ящик); закреплять навыки детей в ходьбе и беге стайкой, змейкой; перешагивать через палку; вызвать у детей желание заниматься и выполнять упражнения вместе со всеми.</p> <p>2. Младшая группа</p>	<p>"Репка". Цель: вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в игровом занятии; упражнять детей выполнять основные движения; закреплять навыки детей в ходьбе стайкой за педагогом; продолжать учить детей подпрыгивать на двух ногах, усложняя (подскoki с продвижением вперед).</p> <p>2. Младшая группа</p> <p>«_____» "Забьем мяч в</p>	<p>"Станем меткими". Задачи: закрепить технику катания мяча друг другу; развивать умения детей ходить и бегать в колонне по одному, ускорять и замедлять движение, делать остановки по сигналу; воспитывать ловкость, сообразительность.</p>	<p>"Прогулка с зайчиком в летний парк". Цель: продолжать развивать разнообразные виды движений; правильно выполнять упражнения, учить принимать исходное положение, обучать детей пролезанию в обруч, перелезанию и переползанию через лежащие предметы; развивать ловкость, координацию; расширять представления детей о лете.</p>
					3. Средняя группа

		<p>«_____» "Синяя машина".</p> <p>Задачи: учить детей прокатывать мяч в воротца, друг другу; учить выполнять упражнения, следовать показу, инструкциям взрослого; развивать мышцы рук, ног, спины; развивать чувство радости от выполнения физических упражнений.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Мы любим трудиться".</p> <p>Задачи: закрепить навыки ходьбы приставным шагом вперед,</p>	<p>ворота".</p> <p>Задачи:</p> <p>совершенствовать технику катания мячей друг другу; учить различать звуки машин, дополнять знания детей о транспорте; пробуждать интерес к учебной деятельности через загадки.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Трактор гудит".</p> <p>Задачи: закрепить навыки бега соблюдая интервал, меняя направление; в разных направлениях, в быстром, непрерывно в медленном темпе;</p>	<p>«_____» "Лето, лето ты какого цвета?".</p> <p>Цель: продолжать развивать навыки прыжка с ноги на ногу, прямой галоп; навыки бросания мяча двумя руками через сетку.</p> <p>Привлекать к совместным подвижным играм, правилам позитивных взаимоотношений.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Играя, учимся!".</p> <p>Задачи: закрепить в игре навыки прыжка через 4–5 линий; совершенствовать навыки прыжка на</p>
--	--	--	--	---

		<p>приставным шагом назад, с высоким подниманием колен. Развивать навыки бега в рассыпную; навык и влезания на гимнастическую стенку и обратно с нее.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Бег с прыжками". Задачи: продолжать формировать навыки перешагивания поочередно через 5–6 набивных мячей, расположенных на расстоянии друг от друга, с разными положениями рук;</p>	<p>навыки вползания в обруч, лазания под дугой, влезания на гимнастическую стенку.</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Размыкание, смыкание". Задачи: закрепить в игре навыки лазанья по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, с переходом с пролета на пролет вправо, влево; навыки метания предметов на дальность; совершенствовать навыки перестроения в строй, в круг;</p>	<p>месте; навыки бега в разные стороны, навыки бега в чередовании с прыжками.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Группировка при прохождении под дугой". Цель: учить детей группироваться при прохождении под дугой.</p>
--	--	---	---	--

		<p>совершенствовать навыки бега в чередовании с прыжками; навыки прыжка на месте; навыки бега в разные стороны.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Упражнения с обручами". Задачи: отрабатывать умение манипулировать обручем.</p>		<p>размыкание и смыкание круга.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Эстафеты с обручем". Обучение детей ходьбе и бегу по горизонтальному бревну, умением выполнять упражнения с обручем.</p>		
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				

Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30 4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
Организационные моменты	17.00 - 17.10	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Режим дня	Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		27.05.2024г.	28.05.2024г.	29.05.2024г.	30.05.2024г.	31.05.2024г.
Подготовка к утренней гимнастики	7.55	Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя	08.00 - 08.45	КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ Комплекс общеразвивающих упражнений с погремушками.				

гимнастика		<p>1. Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки вниз.</p> <p>1.1. Исходное положение: поднять руки вверх, встряхивают погремушки двумя руками.</p> <p>1.2. Исходное положение: (повтор 4-5р).</p> <p>2. Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки вниз.</p> <p>2.1. Исходное положение: повороты направо, встряхивают погремушками.</p> <p>2.2. Исходное положение.</p> <p>2.3. Исходное положение: повороты налево, встряхивают погремушками.</p> <p>2.4. Исходное положение: (повтор 4р).</p> <p>3. Исходное положение: сидя на полу, ноги врозь, руки в стороны.</p> <p>3.1. Исходное положение: ноги вместе, поднять руки вверх, встряхнуть погремушками.</p> <p>3.2. Исходное положение: (повтор 4р).</p> <p>4. Исходное положение: ноги вместе, корпус расслаблен, руки вниз.</p> <p>4.1. Исходное положение: погремушки сзади, прыжки на месте.</p> <p>4.2. Исходное положение: (повтор 4р).</p>				
	<p>- Солнышко, солнышко, в небе свети! (дети тянутся руками вверх, встают на ноги), Яркие лучики нам протяни (дети вытягивают руки вперед ладошками вверх), Ручки мы вложим</p>	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="743 798 967 1351">Подвижная игра: "Найди свою пару". Цель: развивать у детей интерес к здоровью, игре, совершенствовать физические навыки, повышать настроение через игру; воспитывать ловкость, сообразительность</td><td data-bbox="967 798 1192 1351">Подвижная игра: "Ворон и воробей". Цель: продолжать учить ориентироваться в пространстве, не мешать друг другу; слушать команды педагога; развивать дружеские</td><td data-bbox="1192 798 1641 1351">Дыхательная гимнастика "Ветерок". Цель: побуждать к выполнению дыхательных упражнений, развивать умение подражать показу взрослого, вызывать чувство радости. Педагог</td><td data-bbox="1641 798 2047 1351">Игра-упражнение "Сбей кеглю". Цель: развивать навыки прокатывания мяча по прямой до цели, умение быть внимательным, ловким и терпеливым. Оборудование:</td></tr> </table>	Подвижная игра: "Найди свою пару". Цель: развивать у детей интерес к здоровью, игре, совершенствовать физические навыки, повышать настроение через игру; воспитывать ловкость, сообразительность	Подвижная игра: "Ворон и воробей". Цель: продолжать учить ориентироваться в пространстве, не мешать друг другу; слушать команды педагога; развивать дружеские	Дыхательная гимнастика "Ветерок". Цель: побуждать к выполнению дыхательных упражнений, развивать умение подражать показу взрослого, вызывать чувство радости. Педагог	Игра-упражнение "Сбей кеглю". Цель: развивать навыки прокатывания мяча по прямой до цели, умение быть внимательным, ловким и терпеливым. Оборудование:
Подвижная игра: "Найди свою пару". Цель: развивать у детей интерес к здоровью, игре, совершенствовать физические навыки, повышать настроение через игру; воспитывать ловкость, сообразительность	Подвижная игра: "Ворон и воробей". Цель: продолжать учить ориентироваться в пространстве, не мешать друг другу; слушать команды педагога; развивать дружеские	Дыхательная гимнастика "Ветерок". Цель: побуждать к выполнению дыхательных упражнений, развивать умение подражать показу взрослого, вызывать чувство радости. Педагог	Игра-упражнение "Сбей кеглю". Цель: развивать навыки прокатывания мяча по прямой до цели, умение быть внимательным, ловким и терпеливым. Оборудование:			

		<p>в ладоши твои (дети разбиваются на пары, протягивают друг другу руки), Нас покружи, оторвав от земли (дети кружатся парами), Вместе с тобой мы пойдем на лужок (дети выстраиваются в цепочку, держа друг друга за руки), Там все мы встанем дружно в кружок (дети образовывают круг), С песнями водим мы хоровод. Солнышко снами по кругу идет (дети идут по кругу), Хлопают</p>	<p>ь, любознательность , воспитывать интерес к игре, активность; воспитывать у детей здоровый образ жизни. Игроки выстраиваются парами и стоят друг напротив друга в 6-8 метрах, держа в руках мяч. Педагог дает сигнал к игре, и следит, чтобы каждая пара покатила мяч к противоположной паре. Игроки, чьи мячи касаются друг друга, набирают очки. В конце игры, побеждает та пара, которая</p>	<p>отношения.</p>	<p>призывает выполнить упражнение, подуть как ветер, показывает упражнение. Дует легкий ветерок — ф-ф- ф... Качает так листок — ф-ф-ф... (Выдох спокойный, ненапряженный) Дует сильный ветерок — ф-ф- ф... И качает так листок — ф-ф-ф... (Активный выдох)</p>	<p>набор кеглей, большой мяч. Для выполнения упражнения необходима ровная поверхность.</p>
--	--	---	--	-------------------	--	--

		<p>радостно наши ладошки (дети хлопают в ладоши), Быстро шагают резвые ножки (дети идут быстрым шагом), Солнышко скрылось, ушло на покой (дети приседают, закрывают голову руками, потом кладут руки под щечку), Мы же на место сядем с тобой (дети тихо, спокойно садятся на свои места). Интервью на тему: "День Победы".</p>	наберет больше всего очков.			
Предготовка к ОД	08.50 - 09.00	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Группа раннего возраста		1. Группа раннего возраста	2. Младшая группа	

		<p>«_____»</p> <p>"Лето в гости к нам пришло, спорт нас ждет уже давно!". Цель: закреплять физические качества детей; продолжать учить детей подпрыгивать на двух ногах; продолжать учить выполнять мягкую пружинку, танцевальные движения по показу; упражнять в ходьбе и беге стайкой за педагогом; упражнять в перешагивании через препятствия, в ходьбе на носках, в ползании на</p>	<p>«_____»</p> <p>"Здравствуй лето!". Цель: закреплять умение детей катать мяч, упражняться в лазанье по гимнастической стенке, приучать соблюдать направление при катании мяча, учить дружно играть; расширять представления детей о лете.</p> <p>2. Младшая группа</p> <p>«_____»</p> <p>"Веселая лесенка". Задачи:</p> <p>совершенствовать умение детей выстраиваться в шеренгу,</p>	<p>«_____»</p> <p>"Летом быстро подрастаем". Задачи:</p> <p>совершенствовать умение детей выстраиваться в шеренгу, аккуратно идти друг за другом, формировать умение передвигаться по лестнице, расположенной на полу, развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, отработать технику метания мяча вдаль из-за головы.</p>	
--	--	--	---	---	--

		<p>четвереньках.</p> <p>2. Младшая группа «_____» "Упражняемся летом". Задачи: продолжать учить детей передвигаться полесенке лесенку, расположенной на полу; развивать мышцы ног, туловища; развивать внимательность, ловкость.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Веселые каникулы". Цель: продолжать развивать навыки</p>	<p>аккуратно идти друг за другом, совершенствовать умение передвигаться по лестнице, расположенной на полу, развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание.</p> <p>3. Средняя группа «_____» "Закаляемся летом". Цель: закрепить навыки бега соблюдая интервал, меняя направление; в</p>	
--	--	---	---	--

		<p>ходьбы через дощечку, сохраняя равновесие; навыки прыжка двумя ногами (ноги врозь); лазанья под дугу.</p> <p>Привлекать к совместным подвижным играм, правилам позитивных взаимоотношений .</p> <p>4. Старшая группа «_____» "Летние игры". Задачи: совершенствовать навыки перестроения в звенья по три; навыки ходьбы и бега в колонне по одному, по два; на носках, пятках, на внешних сторонах</p>	<p>разных направлениях, в быстром, непрерывно в медленном темпе; навыки подпрыгивание на двух ногах, в глубину (с высоты 15–20 сантиметров).</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Безопасность в природе". Закрепление. Задачи: способствовать развитию понимания правил безопасного поведения в природе; закреплять навыки парного вращения, держа</p>	
--	--	---	---	--

		<p>стопы; с высоким подниманием колена, мелким и широким шагом; навыки прыжка через 4–5 линий.</p> <p>5. Предшкольная группа «_____» "Отработка группировки при прохождении под дугой". Цель: обучение ходьбе и бегу по наклонному бревну, подлезанию под дугу.</p>	<p>друг друга за руки, совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе по приподнятому предмету, умение ползать между рейками лестницы; воспитывать культуру поведения в природе.</p>		
Прогулка	11.10 - 12.10	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.			
Самостоятельная работа в зале	12.15 - 13.00	Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг, деятельности детей.			
Работа по самообразованию	14.30 - 15.30	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.			

Альтернативная программа	16.00 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	3. Средняя группа «_____» 16.10 - 16.30 4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30	4. Старшая группа «_____» 16.10 - 16.30 5. Предшкольная группа «_____» 16.35 - 17.00	1. Группа раннего возраста «_____» 16.10 - 16.30 2. Младшая группа «_____» 16.35 - 17.00
	Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.					