Перспективный план организованной деятельности на 2022-2023 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного воспитания и обучения

Организации образования ГККП ДО «Балапан»

Группа: старшая группа Жұлдыздар

Возраст детей:4-5 лет

На какой период составлен план: сеньтябрь месяц,2022-2023 учебный год

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Сентябрь** | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности |
| Физическая кульута | **Основные движения.**  Формировать навыки ходьбы: на пятках, на наружных сторонах стоп, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево), в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками, с изменением направления, темпа, координация движений рук и ног.  **Общеразвивающие упражнения**  **Упражнения для рук и плечевого пояса**  Развивать умение поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на пояс, руки перед грудью; размахивать руками вперед – назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях.  **Упражнения для туловища**  Развивать умение поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны (рывком и плавно).  **Упражнения для ног**  Развивать умение подниматься на носки и стоять. Выставлять поочередно ноги вперед на пятку, потом на носок, делать притопы.  **Спортивные упражнения:**  Развивать умение кататься на двухколесном и трехколесном велосипеде. Выполнять повороты вправо, влево.  **Формирование здорового образа жизни**  Формировать представление о значении частей тела и органов чувств, для жизни и здоровья человека, о том, как за ними ухаживать.  **Культурно-гигиенические навыки**  Прививать детям аккуратность, привычку следить за своим внешним видом.  **Навыки самообслуживания**  Совершенствовать навыки самообслуживания: самостоятельно одеваться и раздеваться. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Октябрь** | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности |
| Физическая кульута | **Основные движения.**  Формировать навыки равновесия: ходить между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием предметов, повороты с мешочком на голове, руки в стороны). Ходить по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30–35 сантиметров). Перешагивать через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 сантиметров от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга) с разными положениями рук.  **Общеразвивающие упражнения**  **Упражнения для рук и плечевого пояса**  Развивать умение поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на пояс, руки перед грудью; размахивать руками вперед – назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях.  **Упражнения для туловища**  Развивать умение наклоняться влево, вправо, вперед, откидываться назад.  **Упражнения для ног**Развиват умение делать подряд 4–5 полуприседаний.  **Спортивные упражнения:**  Развивать умение кататься на двухколесном и трехколесном велосипеде. Выполнять повороты вправо, влево.  **Формирование здорового образа жизни**  Формировать представление о значении частей тела и органов чувств, для жизни и здоровья человека, о том, как за ними ухаживать.  **Культурно-гигиенические навыки**  Прививать детям аккуратность, привычку следить за своим внешним видом.  **Навыки самообслуживания**  Совершенствовать навыки самообслуживания: самостоятельно одеваться и раздеваться. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ноябрь** | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности |
| Физическая кульута | **Основные движения.**  Формировать навыки бега: бегать на носках; с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, в колонне по одному, по кругу, змейкой, врассыпную. Бегать с разными заданиями: бег с ускорением и замедлением темпа, со сменой ведущего, в медленном темпе в течение 1-1,5 минут, бегать на 40-50 метров со средней скоростью в чередовании с ходьбой.  **Общеразвивающие упражнения**  **Упражнения для рук и плечевого пояса**  Развивать умение ставить руки перед грудью, закладывать их за голову и распрямлять плечи, разводить их в стороны, опускать.  **Упражнения для туловища**  Развивать умение приподнимать одну ногу и перекладывать под ней предмет из одной руки в другую.  **Упражнения для ног**  Развивать умение сгибать ногу в колене, выпрямлять вперед, снова сгибать и опускать. Оттягивать носки, сгибать стопу.  **Спортивные упражнения:**  Развивать умение кататься на двухколесном и трехколесном велосипеде. Выполнять повороты вправо, влево.  **Формирование здорового образа жизни**  Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, дать представление о пользе овощей, фруктов, витаминах для организма человека.  **Культурно-гигиенические навыки**  Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом. Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком.  **Навыки самообслуживания**  Развивать умение убирать вещи, с помощью взрослого чистить, сушить и развешивать их. После изобразительной деятельности мыть флаконы, кисти, протирать стол. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Декабрь** | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности |
| Физическая кульута | **Основные движения.**  Формировать навыки ползания: ползать на четвереньках по прямой на расстояние до 10 метров между предметами, по горизонтальной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони, подлезать под веревку, поднятую на высоту 50 сантиметров правым и левым боком вперед. Пролезать в обруч. Лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево. Перелезать через бревно, гимнастическую скамейку.  **Общеразвивающие упражнения**  **Упражнения для рук и плечевого пояса**  Развивать умение выполнять упражнения с предметами и без предметов.  **Упражнения для туловища**  Развивать умение в упоре стоя на коленях, прогибать и выгибать спину, поочередно поднимать и опускать прямые ноги; одновременно сгибать и разгибать их.  **Упражнения для ног**  Развивать умение собирать пальцами ног веревку; захватывать стопами и перекладывать с места на место мешочки с песком.  **Спортивные упражнения:**  Развивать умение кататься на санках с горки; катать друг друга; подниматься с санками на горку, тормозить при спуске с нее. Скользить по ледяным дорожкам самостоятельно.  **Формирование здорового образа жизни**  Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, дать представление о пользе овощей, фруктов, витаминах для организма человека.  **Культурно-гигиенические навыки**  Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком.  **Навыки самообслуживания**  Развивать умение убирать вещи, с помощью взрослого чистить, сушить и развешивать их. После изобразительной деятельности мыть флаконы, кисти, протирать стол. |