

УТВЕРЖДЕНО

шаблон 01.01

Директор



Имачикова И.И.

2022 г.



ABC

ЭЛЕКТРОННЫЙ ДЕТСКИЙ САД

ТОО "Детский Сад Радость Детства"
ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН СПЕЦИАЛИСТА
Образовательная область: «Здоровье»
ОУД: «Физическая культура»
на 2021-2022 учебный год

Март, 2022

г.Алматы

ОГЛАВЛЕНИЕ

Неделя №27 (28 февраля-05 марта)	4
Неделя №28 (07 марта-11 марта)	7
Неделя №29 (14 марта-18 марта)	10
Неделя №30 (21 марта-25 марта)	13
Неделя №31 (28 марта-01 апреля)	16

Неделя №27 (28 февраля-05 марта)

Сквозная тема	Традиции и фольклор	Дать детям представление о традициях и особенностях быта казахского народа; формирование духовно-нравственных основ личности ребенка, развитие эмоций, чувств, мышления, механизмов социальной адаптации в обществе; воспитание детей в духе толерантности, национальной и религиозной терпимости.
Подтема	Традиции и обычаи народов Казахстана	

№	Детская группа	Понедельник 28.02.2022	Вторник 01.03.2022	Среда 02.03.2022	Четверг 03.03.2022	Пятница 04.03.2022	Суббота 05.03.2022
1	Птенчики (от 3 лет, русская)	10:05 - 10:25 Тема 078: Непрерывно бегаем в медленном темпе Shuǵylakitap,2020 Развитие у детей двигательной активности и интереса к выполнению физических упражнений и заданий на укрепление здоровья		10:05 - 10:25 Тема 079: Непрерывно бегаем в медленном темпе Shuǵylakitap,2020 Развитие у детей двигательной активности и интереса к выполнению физических упражнений и заданий на укрепление здоровья		10:05 - 10:25 Тема 080: Попадаем в вертикальную цель Shuǵylakitap,2020 Развитие у детей двигательной активности и интереса к выполнению физических упражнений и заданий на укрепление здоровья	10:05 - 10:25 Тема 081: Подлезаем под дугу Shuǵylakitap,2020 Развитие у детей двигательной активности и интереса к выполнению физических упражнений и заданий на укрепление здоровья
2	Умнички (от 4 лет, русская)	09:00 - 09:25 Тема 078: Разучивание новых элементов спортивной игры «кегли».		10:25 - 10:50 Тема 079: Ознакомление, разучивание бросания мяча двумя руками вверх		09:00 - 09:25 Тема 080: Разучивание способа ползания по гимнастической скамейке с	09:00 - 09:25 Тема 081: Совершенствование умения играть в игру «кегли», выполнять ходьбу и

		Совершенствование умения выполнять бег и ходьбу в колонне с выполнением заданий Shuǵylakitap,2020 Формирование навыков игры в «Кегли», умения ходить и бегать в колонне с выполнением заданий		и ловля его. Совершенствование навыка ползания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками Shuǵylakitap,2020 Формирование умения бросать мяч вверх двумя руками и ловить его, совершенствование умения ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.		мешочком на спине. Совершенствовать умение прокатывания мяча между предметами Shuǵylakitap,2020 Формирование координации движения, равновесия, точности движения при выполнении физических упражнений и подвижной игры	бег в колонне в умеренном темпе, с выполнением заданий, играть в подвижные игры с соблюдением правил Shuǵylakitap,2020 Формирование координации движения, равновесия, точности движения при выполнении физических упражнений и подвижной игры
3	Фантазеры (от 5 лет, русская)	09:35 - 10:05 Тема 65: Метание мешочков в цель правой и левой рукой; прыжки в высоту с разбега Shuǵylakitap,2020 Закрепление приобретенных физических навыков и умений посредством физических упражнений и подвижных игр		09:00 - 09:30 Тема 66: Прыжки на двух ногах правым боком через короткие шнуры. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом Shuǵylakitap,2020 формирование навыка прыжков, чувства равновесия и развитие двигательных умений детей		09:35 - 10:05 Тема 67: Прыжки из обруча в обруч на одной и на двух ногах Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни Shuǵylakitap,2020 формирование скоростно-силовых качеств детей, развитие координации движения и подвижности.	09:35 - 10:05 Тема 68: Прыжки из обруча в обруч на одной и на двух ногах Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни. Повторение Shuǵylakitap,2020 закрепление скоростно-силовых качеств детей, развитие координации движения и подвижности

4	Эрудиты (от 5 лет, русская)	10:50 - 11:20 Тема 65: Метание мешочков в цель правой и левой рукой; прыжки в высоту с разбега Shuǵylakitap, 2020 Закрепление приобретенных физических навыков и умений посредством физических упражнений и подвижных игр		10:50 - 11:20 Тема 66: Прыжки на двух ногах правым боком через короткие шнуры. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом Shuǵylakitap, 2020 формирование навыка прыжков, чувства равновесия и развитие двигательных умений детей		10:20 - 10:50 Тема 67: Прыжки из обруча в обруч на одной и на двух ногах Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни Shuǵylakitap, 2020 формирование скоростно-силовых качеств детей, развитие координации движения и подвижности.	10:50 - 11:20 Тема 68: Прыжки из обруча в обруч на одной и на двух ногах Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни. Повторение Shuǵylakitap, 2020 закрепление скоростно-силовых качеств детей, развитие координации движения и подвижности

Неделя №28 (07 марта-11 марта)

Сквозная тема	Традиции и фольклор	Дать детям представление о традициях и особенностях быта казахского народа; формирование духовно-нравственных основ личности ребенка, развитие эмоций, чувств, мышления, механизмов социальной адаптации в обществе; воспитание детей в духе толерантности, национальной и религиозной терпимости.
Подтема	Волшебный мир сказок	

№	Детская группа	Понедельник 07.03.2022	Вторник 08.03.2022	Среда 09.03.2022	Четверг 10.03.2022	Пятница 11.03.2022
5	Птенчики (от 3 лет, русская)			10:05 - 10:25 Тема 082: С дощечки на дощечку		10:05 - 10:25 Тема 083: Ходим по шнуру приставным

				Shuğylakitap,2020 Развитие у детей двигательной активности и интереса к выполнению физических упражнений и заданий на укрепление здоровья		шагом назад Shuğylakitap,2020 Развитие у детей двигательной активности и интереса к выполнению физических упражнений и заданий на укрепление здоровья
6	Умнички (от 4 лет, русская)			10:25 - 10:50 Тема 082: Ознакомление и разучивание способа подлезания под дугу в группировке. Совершенствование прыжков на месте с поворотами направо, налево, умения сохранять равновесие, стоя на одной ноге Shuğylakitap,2020 Формирование умения группироваться и подлезать под дугу, развивать чувство равновесия упражнением «Стоя на одной ноге»		09:00 - 09:25 Тема 083: Ознакомление, разучивание способа лазания по гимнастической стенке. Совершенствование навыка ходьба по ребристой доске, лежащей на полу, и прыжков на двух ногах через предметы Shuğylakitap,2020 Формирование умения лазать по гимнастической стенке, выполнять упражнения на равновесие и прыгать через шнуры
7	Фантазеры (от 5 лет, русская)			09:00 - 09:30 Тема 69: Подлезание под шнур (палку) боком справа и слева. Ходьба на носках между набивными мячами. Метание мешочков		

				горизонтальную цель Shuǵylakitap, 2020 развитие силовых качеств, меткости, координации движения, ловкости, умения группироваться		
8	Эрудиты (от 5 лет, русская)			10:50 - 11:20 Тема 69: Подлезание под шнур (палку) боком справа и слева. Ходьба на носках между набивными мячами. Метание мешочков горизонтальную цель Shuǵylakitap, 2020 развитие силовых качеств, меткости, координации движения, ловкости, умения группироваться		

Неделя №29 (14 марта-18 марта)

Сквозная тема	Традиции и фольклор	Дать детям представление о традициях и особенностях быта казахского народа; формирование духовно- нравственных основ личности ребенка, развитие эмоций, чувств, мышления, механизмов социальной адаптации в обществе; воспитание детей в духе толерантности, национальной и религиозной терпимости.
Подтема	Народ – источник искусства	

№	Детская группа	Понедельник 14.03.2022	Вторник 15.03.2022	Среда 16.03.2022	Четверг 17.03.2022	Пятница 18.03.2022
---	----------------	---------------------------	-----------------------	---------------------	-----------------------	-----------------------

9	Птенчики (от 3 лет, русская)	10:05 - 10:25 Тема 084: Непрерывно бегаем в медленном темпе Shuğylakitap,2020 Развитие у детей двигательной активности и интереса к выполнению физических упражнений и заданий на укрепление здоровья		10:05 - 10:25 Тема 085: Прыгаем с высоты вперед Shuğylakitap,2020 Формирование физической подготовленности детей, развитие интереса к игровым упражнениям и на укрепление здоровья		10:05 - 10:25 Тема 086: Прыгаем с высоты вперед Shuğylakitap,2020 Формирование физической подготовленности детей, развитие интереса к игровым упражнениям и на укрепление здоровья
10	Умнички (от 4 лет, русская)	09:00 - 09:25 Тема 084: Разучивание способа ходьбы по доске с сохранением равновесия. Совершенствование навыка прыжков на двух ногах через предметы с продвижением вперед Shuğylakitap,2020 Формирование умение держать равновесие при ходьбе по доске, прыгать на двух ногах через предметы с продвижением вперед		10:25 - 10:50 Тема 085: Разучивание способа ходьбы по доске с сохранением равновесия. Совершенствование навыка прыжков на двух ногах через предметы с продвижением вперед. Повторение Shuğylakitap,2020 Формирование умение держать равновесие при ходьбе по доске, прыгать на двух ногах через предметы с продвижением вперед		09:00 - 09:25 Тема 086: Разучивание способа прыжков на двух ногах на месте. Совершенствование навыка ходьбы по гимнастической скамейке Shuğylakitap,2020 Формирование умения прыгать на месте на двух ногах разным способом, сохранять равновесие при хождении по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове
11	Фантазеры (от 5 лет, русская)	09:35 - 10:05 Тема 70: Ходьба на носках между набивными мячами; подлезание под дугу; метание мешочков		09:00 - 09:30 Тема 71: Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед. Пролезание в обруч; прокатывание		09:35 - 10:05 Тема 72: Пролезание в обруч; прыжки через короткую скакалку; прокатывание обруча друг другу

		горизонтальную цель Shuǵylakitap,2020 закрепление приобретен ных навыков и умений		обруча друг другу, стоя в шеренгах Shuǵylakitap,2020 развитие скоростно- силовых качеств, координации движения и ловкости		Shuǵylakitap,2020 совершенствование скоростно-силовых качеств, координации движения и ловкости
12	Эрудиты (от 5 лет, русская)	10:50 - 11:20 Тема 70: Ходьба на носок между набивными мячами; под лезание под дугу; метание мешочков горизонтальную цель Shuǵylakitap,2020 закрепление приобретен ных навыков и умений		10:50 - 11:20 Тема 71: Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед. Пролезание в обруч; прокатывание обруча друг другу, стоя в шеренгах Shuǵylakitap,2020 развитие скоростно- силовых качеств, координации движения и ловкости		10:20 - 10:50 Тема 72: Пролезание в обруч; прыжки через короткую скакалку; прокатывание обруча друг другу Shuǵylakitap,2020 совершенствование скоростно-силовых качеств, координации движения и ловкости

Неделя №30 (21 марта-25 марта)

Сквозная тема	Традиции и фольклор	Дать детям представление о традициях и особенностях быта казахского народа; формирование духовно- нравственных основ личности ребенка, развитие эмоций, чувств, мышления, механизмов социальной адаптации в обществе; воспитание детей в духе толерантности, национальной и религиозной терпимости.
Подтема	Трудимся вместе	

№	Детская группа	Понедельник 21.03.2022	Вторник 22.03.2022	Среда 23.03.2022	Четверг 24.03.2022	Пятница 25.03.2022
---	----------------	---------------------------	-----------------------	---------------------	-----------------------	-----------------------

13	Птенчики (от 3 лет, русская)					10:05 - 10:25 Тема 089: Бросаем мяч от себя. Трудимся вместе Shuǵylakitap, 2020 Формирование физической подготовленности детей, развитие интереса к игровым упражнениям и на укрепление здоровья
14	Умнички (от 4 лет, русская)					09:00 - 09:25 Тема 089: Разучивание техники метания мешочков в вертикальную цель. Совершенствование способа прыжков в длину с места, умения ходить и бегать по кругу Shuǵylakitap, 2020 Формирование техники метания мешочков в вертикальную цель, совершенствование прыжков в длину, умения бегать и ходить по кругу
15	Фантазеры (от 5 лет, русская)					
16	Эрудиты (от 5 лет, русская)					

Неделя №31 (28 марта-01 апреля)

Сквозная тема	Весенние ручьи	Умение определять времена года, знать признаки весны, что с приходом ранней весны тает снег, который превращается под лучами теплого солнца в веселые ручьи, которые журчат и сливаются в прозрачную, звонкую реку, что природа оживает, появляются первые подснежники, у каждого ручья свой голос.
Подтема	Весенние ручьи	

№	Детская группа	Понедельник 28.03.2022	Вторник 29.03.2022	Среда 30.03.2022	Четверг 31.03.2022	Пятница 01.04.2022
17	Птенчики (от 3 лет, русская)	10:05 - 10:25 Тема 090: Ходим по веревке. Трудимся вместе Shuǵylakitap,2020 Формирование физической подготовленности детей, развитие интереса к игровым упражнениям и на укрепление здоровья		10:05 - 10:25 Тема 091: Лазаем по гимнастической лесенке (дотянемся до облаков). Трудимся вместе Shuǵylakitap,2020 Формирование физической подготовленности детей, развитие интереса к игровым упражнениям и на укрепление здоровья		10:05 - 10:25 Тема 092: Бросаем малый мяч снизу. Трудимся вместе Shuǵylakitap,2020 формирование физической подготовленности детей, развитие интереса к игровым упражнениям и на укрепление здоровья
18	Умнички (от 4 лет, русская)	09:00 - 09:25 Тема 090: Ознакомление и разучивание элементов игры «футбол». Совершенствование непрерывного бега на расстояние 60м Shuǵylakitap,2020 Ознакомление со		10:25 - 10:50 Тема 091: Разучивание способа ползания по Гимнастической скамейке, перелезания через бревно. Совершенствование навыка метания мешочков вдаль Shuǵylakitap,2020		09:00 - 09:25 Тема 092: Разучивание техники метания мешочков левой и правой рукой на дальность. Совершенствование умения ползать по гимнастической скамейке, опираясь на

		спортивной игрой «футбол», разучивание новых элементов игры; совершенствование непрерывного бега на расстояние 60м, закрепление ранее полученных умений и навыков		Формирование физических навыков и умений детей, развитие их способностей; обучение ползанию по гимнастической скамейке и перелезанию через бревно, метанию мешочков вдаль		ладони и стопы Shuǵylakitap,2020 Формирование устойчивых навыков и умений в метании мешочков вдаль правой и левой рукой, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и стопы, в прыжках вверх с места с касанием предмета.
19	Фантазеры (от 5 лет, русская)	09:35 - 10:05 Тема 75: Влезание на гимнастическую стенку разноименным способом; ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом с мешочком на голове; прыжки через короткую скакалку Shuǵylakitap,2020 закрепление полученных физических навыков и умений		09:00 - 09:30 Тема 76: Ходьба по гимнастической скамейке на носках; ползание по полу с последующим переползанием через скамейку; метание мешочков в вертикальную цель Shuǵylakitap,2020 формирование точности движения и силовых качеств		
20	Эрудиты (от 5 лет, русская)	10:50 - 11:20 Тема 75: Влезание на гимнастическую стенку разноименным способом; ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом с		10:50 - 11:20 Тема 76: Ходьба по гимнастической скамейке на носках; ползание по полу с последующим переползанием через		

		мешочком на голове; прыжки через короткую скакалку Shugylakitap ,2020 закрепление полученных физических навыков и умений		скамейку; метание мешочков в вертикальную цель Shugylakitap ,2020 формирование точности движения и силовых качеств		
--	--	--	--	---	--	--