

Қаралды:
Рассмотрено:
на заседании МО
хаттама № 1
протокол № 1
«28» 08 2023 г.

Келісемін:
Согласовано:
зам.директора по УР
оқу ісінің меңгерушісі
Сагандықова К.Г.
«04» 09 2023 г.

Бекітемін:
Утверждаю:
директор КГУ «ОШ с.Исаковка»:
Байсеитова Г.С.
«13» 09 2023 г.



Күнтізбелік-тақырыптық жоспар

Календарно-тематическое планирование

Сабак Физическая культура
Уроков Пән Предмет

Сынып 0 КЛАСС

Классы

Мұғалім Гусакова Оксана Викторовна

Учитель

Барлығы 99 сағ.; аптасына 3 сағ.
Всего час. в неделю час.

БЖБ саны _____
Количество СОР

ТЖБ саны _____ сағ.
Количество СОЧ час.

Перспективный план КЛАСС ПРЕДШКОЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Раздел : Физическая культура.

Кол-во ОД в год : 99 ч в неделю 3 часа

Задачи:

- * формировать физические качества;
- * совершенствовать навыки безопасного поведения в быту, на улице, в условиях природы;
- * обогащать двигательный опыт детей через совершенствование основных движений;
- * развивать творческие, познавательные и речевые способности в различных формах физической культуры;
- * проводить медико-педагогический контроль за развитием у детей правильной осанки, координации движений, профилактики плоскостопия.

№ п/п	№	Темы организованной деятельности	Задачи организованной деятельности	Кол-во часов	Сроки	Примечание
1.	1	Знакомство с техникой безопасности в спортивном зале.	учить подбрасывать мяч вперед-вверх и ловить его двумя руками. Продолжать учить сохранять равновесие и правильную осанку при перешагивании через предметы. Закреплять умение выполнять прыжки на месте с поворотом кругом, продолжать развивать навык энергичного отталкивания одновременно двумя ногами от пола. Развивать ориентировку в пространстве, силу. Формировать интерес к занятиям физической культурой, воспитывать организованность.	1	1.09	
2.	2-3	Соревнование между девочками и мальчиками.	учить ходить по скамейке с перекладыванием на каждый шаг мяча впереди себя и за спиной, развивать умение сохранять динамическое равновесие. Упражнять в прыжках на двух ногах из обруча в обруч. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча двумя руками. Развивать выносливость. Воспитывать дисциплинированность, организованность.	2	4.09 6.09	
3.	4	Секрет здоровья -игры на свежем воздухе. <i>(На свежем воздухе)</i>	продолжать учить вести футбольный мяч внутренней стороной подъема левой и правой ноги в прямом направлении. Продолжать формировать умение сохранять равновесие при ходьба	1	8.09	

			<p>по бревну с мешочком на голове. Продолжать упражнять в беге в медленном темпе. Развивать ориентировку в пространстве, ловкость,</p> <p>быстроту. Воспитывать ценностное отношение к своему здоровью.</p>			
4.	5	Учимся управлять своим поведением и эмоциями.	<p>упражнять в прыжках на двух ногах «змейкой» между предметами, продолжать формирование навыка энергичного одновременного отталкивания двух ног от пола. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу в парах с расстояния 1,5метра,</p> <p>совершенствовать умение сохранять направление броска. Развивать ловкость, газомер, ориентировку в пространстве зала. Воспитывать доброжелательность, способствовать снижению уровня агрессивности и эмпатии.</p>	1	11.09	
5.	6-7	Развитие ловкости в эстафетах.	<p>учить легко подталкивать мяч снизу-вверх пальцами рук и менять направление мяча при катании между предметами. Упражнять</p> <p>в прыжках боком на двух ногах через аркан, формировать навыки энергичного отталкивания. Закреплять навык сохранения устойчивого равновесия при выполнении ходьбы по скамейке. Развивать ловкость и организованность, умение выполнять правила эстафет. Формировать мотивацию к самосовершенствованию, привычку к здоровому образу жизни</p>	2	13.09 15.09	
6.	8-9	Я люблю играть.	<p>продолжать учить бросать мяч и ловить его двумя руками способом двумя руками из-за головы. Совершенствовать умение</p> <p>ползать по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени, развивать координацию движений на повышенной опоре.</p>	2	18.09 20.09	

			Упражнять в ходьбе боком приставным шагом по аркану с мешочком на голове. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать коммуникативные навыки, желание играть совместно, доброжелательность.			
7.	10	В осеннем лесу.	<p>учить координировать работу рук и ног при ползании по бревну на четвереньках. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу с расстояния 2 метра, следить за направлением полета мяча, встречать летящий мяч мягким движением согнутых рук. Продолжать упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по следам. Развивать выразительность движений, ритmicность;</p> <p>способствовать формированию экологической культуры, гражданственности.</p>	1	22.09	
8.	11-12	Знакомство с спортивными играми (бадминтон, футбол). <i>(На свежем воздухе)</i>	<p>учить принимать правильное исходное положение, создающее правильный начальный цикл движения. Закреплять ведение мяча внутренней стороной подъема левой или правой ноги в произвольном направлении. Упражнять в беге широким и мелким шагом, совершенствовать координацию движений рук и ног во время бега. Развивать ориентировку в пространстве,</p> <p>выносливость, быстроту реакции. Формировать интерес к занятиям спортом, воспитывать организованность, целеустремленность, понимание важности ведения ЗОЖ</p>	2	25.09 27.09	
9.	13-14	Халық ойындары – Народные игры.	<p>учить метать мелкие предметы в горизонтальную цель . Совершенствовать умение выполнять прыжки на одной ноге в разном направлении. Закреплять навык подбрасывания и ловли мелких предметов (камешки) из</p>	2	29.09 2.10	

			положения « сед на пятки». Развивать предметную ловкость, глазомер, умение сосредоточиваться и концентрировать свое внимание при неблагоприятных условиях (шум). Продолжать развивать интерес к народным играм, коммуникативную компетентность, воспитывать доброжелательность и толерантность.			
10.	15	Тренировка маленьких спортсменов. Элементы круговой тренировки по станциям.	упражнять в перестроении, сохранении направления движения и равнения в шеренгах. Продолжать формировать навыки ходьбы с высоким подниманием колен, непрерывного бега в медленном темпе. Закреплять ползание по гимнастической скамейке на животе, подбрасывание вверх и ловлю мяча двумя руками, прыжки в высоту, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 20см. Развивать ловкость, навыки самоконтроля; воспитывать мотивацию к занятиям спортом, привычки к ЗОЖ.	1	4.10	
11.	16	Развитие выразительности и пластики движений.	совершенствовать умение выполнять невысокие прыжки на месте с поворотами вокруг себя. Совершенствовать умение бегать в разном темпе и направлении согласовывать шаг с естественными движениями рук. Продолжать упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и ступни по гимнастической скамейке. Развивать общую выносливость, координационные способности, пластичность и гибкость, аналитическое мышление. Способствовать воспитанию экологической культуры.	1	6.10	
12.	17-18	Игры и упражнения с мячом.	учить подбрасывать мяч вверх и ловить его после отскока от пола. Продолжать упражнять в ползании	2	9.10 11.10	

			<p>на четвереньках в прямом направлении, толкая головой мяч, на расстояние 5 метров, развивать навыки контроля пространства. Закреплять умение подталкивать мяч снизу-вверх пальцами рук и менять направление мяча при катании</p> <p>между предметами.</p> <p>Совершенствовать умение координировать движения рук и ног, развивать ловкость, выносливость. Мускулатуру рук. Воспитывать позитивное мироощущение, осознания себя как</p> <p>важной частью общества, детского коллектива.</p>			
13.	19	Развитие скоростно - силовых качеств. <i>(На свежем воздухе)</i>	<p>продолжать учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по бревну приставным шагом правым и левым</p> <p>боком. Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, совершенствовать координацию движений рук и ног во время бега.</p> <p>Совершенствовать прыжки в высоту, доставая предмет (колокольчик), подвешенный выше поднятой руки ребенка на 20см. Развивать ориентировку в пространстве, силу. Формировать интерес к</p> <p>занятиям физической культурой, воспитывать организованность.</p>	1	13.10	
14.	20 -21	Мы все разные.	<p>продолжать учить сохранять динамическое равновесие при выполнении ходьбы по канату боком, приставным шагом.</p> <p>Продолжать совершенствовать навыки прокатывания фитбола между предметами,</p> <p>поставленными в ряд . Закреплять навыки изменения направления бега между предметами.</p> <p>Продолжать упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, совершенствовать умение подтягивать корпус энергичным</p>	2	16.10 18.10	

			сгибанием рук. Развивать ловкость, выносливость, мускулатуру рук. Воспитывать ценностное отношение друг к другу, позицию сотрудничества, толерантность.			
15.	22	Формирование умения концентрировать свое внимание.	учить прыгать через короткую скакалку. Совершенствовать умение выполнять подлезание под шнур боком. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу двумя руками приемом из-за головы. Продолжать упражнять в построении и перестроении, в ориентировке в пространстве зала. Развивать умения концентрировать свое внимание, глазомер. Воспитывать организованность, дисциплинированность.	1	20.10	
16.	23	Стань первым!	продолжать учить прыгать через короткую скакалку, развивать умение крутить скакалку непрерывно. Продолжать упражнять в построении и перестроении, в ориентировке в пространстве зала. Закреплять умение бегать в медленном темпе со сменой ведущего. Совершенствовать умение сохранять статическое равновесие на повышенной опоре. Развивать быстроту, ловкость. Воспитывать мотивацию самосовершенствоваться, стремление быть лидером, адекватную самооценку.	1	23.10	
17.	24	Необычные уроки.	учить выполнять прыжки в глубину в обозначенное место. Продолжать закреплять умение бегать в медленном темпе со сменой направления, не ускоряя и не замедляя темпа. Совершенствовать навыки построения и перестроения, ориентировки в пространстве зала, сохранять статическое равновесие на повышенной опоре.	1	27.10	

			<p>Закреплять умение подбрасывать мяч вверх и ловить его после хлопка руками. Развивать быстроту, ловкость, коммуникативную компетентность. Воспитывать организованность, дисциплинированность, сосредоточенность.</p>			
18.	25	Командные эстафеты. <i>(На свежем воздухе)</i>	<p>продолжать упражнять в ходьбе и беге колонной, совершенствовать координацию движений рук и ног во время движения. Упражнять в пролезании в обруч. Закреплять умение выполнять прыжки в длину с места. Развивать ориентировку в пространстве, силу. Продолжать совершенствовать умение правильно и эффективно выполнять упражнения, демонстрируя понимание времени и пространства. Воспитывать организованность, коммуникативную компетентность.</p>	1	6.11	
19.	26-27	Уроки здоровья.	<p>продолжать учить выполнять разные виды ходьбы (скрестным шагом, ходьба в приседе и полуприседе, ходьба спиной вперед-4 метра). Продолжать учить выполнять прыжки в глубину в обозначенное место, активно разгибать стопы. Упражнять в ползании на четвереньках по рейкам горизонтальной лестницы, приподнятой над полом. Закреплять умение ходить по скамейке с мешочком на голове, сохраняя равновесие. Развивать ловкость координационные способности, внимательность, организованность. Воспитывать ценностное отношение к своему здоровью, к здоровью окружающих, стремление к ЗОЖ.</p>	2	8.11 10.11	
20.	28	Умники и умницы.	упражнять в ползании на	1	13.11	

			<p>четвереньках по рейкам горизонтальной лестницы, приподнятой над полом . Упражнять в</p> <p>перестроении в колонну, в шеренгу, в круг, (слева-справа, впереди- сзади) Упражнять в прыжках на двух ногах «змейкой» между</p> <p>предметами. Закреплять умение легко подталкивать фитбол пальцами рук и менять направление фитбола при катании между предметами . Развивать координацию движений, быстроту, ловкость, умение выполнять действия командой, подчинять свои интересы интересам команды. Воспитывать коллективизм, организованность, уважительное отношение к девочкам.</p>			
21.	29.	Делай с нами, делай лучше нас.	<p>продолжать закреплять умение применять</p> <p>соответствующую амплитуду рук при выполнении разных видов ходьбы (скрестным шагом, ходьба в приседе и полуприседе, ходьба спиной вперед-4метра). Учить перебрасывать мяч друг другу двумя</p> <p>руками приемом из-за головы из исходного положения « сед- по турецки». Упражнять в прыжках боком на двух ногах через аркан,</p> <p>формировать навыки энергичного отталкивания. Развивать ловкость,</p> <p>силу, выносливость, коммуникативную компетентность. Воспитывать коллективизм, организованность, уважительное отношение друг к другу, доброжелательность.</p>	1	15.11	
22.	30-31	Наш стадион.	<p>продолжать учить перебрасывать мяч друг другу двумя руками приемом из-за головы из исходного положения «сед по - турецки» Продолжать закреплять умение применять</p>	2	17.11 20.11	

			<p>соответствующую амплитуду рук при выполнении разных видов ходьбы (скрестным шагом, в приседе и полуприседе, с закрытыми глазами 4.5 метра) и бега (сильно сгибаемая ноги в коленях назад;</p> <p>высоко поднимая колени).</p> <p>Закреплять умение выполнять прыжки в высоту, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 25см.</p> <p>Продолжать упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и ступни по гимнастической скамейке.</p> <p>Развивать координацию движений и быстроту реакции, аналитическое мышление. Воспитывать привычку к занятиям спортом, гражданственность</p>			
23.	32	Игры аттракционы	<p>продолжать упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, совершенствовать координацию движений рук и ног во время бега. Закреплять умение энергично отталкиваться от пола и согласовывать движения рук при выполнении прыжка в длину. Продолжать упражнять в метании предметов вдаль. Развивать ориентировку в пространстве, навык выполнения сопряженных движений, ловкость.</p> <p>Формировать интерес к занятиям физической культурой, воспитывать организованность.</p>	1	22.11	
24.	33	Мы – одна семья.	<p>учить метать мяч в даль двумя руками от груди, стоя в шеренге. Продолжать совершенствовать навыки перестроения во время движения. Закреплять умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие и правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре. Продолжать формировать навыки</p>	1	24.11	

			<p>энергичного отталкивания в прыжках на двух ногах через камчу, положенную на расстояние 50см одна от другой. Развивать координацию движений, ловкость, внимание. Воспитывать выдержку, дисциплинированность, доброжелательное отношение друг к другу.</p>			
25.	34	Мой дом.	<p>продолжать учить метать мяч в даль двумя руками от груди. Продолжать совершенствовать навыков перестроения и движения через середину зала. Закреплять навыки ходьбы по гимнастической скамейке с выполнением задания, способствовать формированию механизма для поддержания вертикальной позы. Упражнять в прыжках на двух ногах боком через палки, положенные на расстояние 50см одна от другой . Развивать координацию движений при движении с закрытыми глазами, ловкость, внимание. Воспитывать ценностное отношение к семье, к себе, поведенческой позиции « Хорошо»-« Плохо».</p>	1	27.11	
26.	35	Буду сильный, буду смелый и большой!	<p>учить метать в даль правой и левой рукой.</p> <p>Совершенствовать умение выдерживать темп движения, ставить ногу с пятки на носок при беге в медленном темпе. Упражнять в прыжках в глубину, продолжать закрепление навыка спрыгивания скамейки на полусогнутые ноги. Развивать ловкость, силу, выносливость, самостоятельность, умение применять двигательный опыт в изменяющейся ситуации.</p> <p>Воспитывать организованность, целеустремленность.</p>	1	29.11	
27.	36.	Укрепляем наши мышцы.	<p>продолжать учить метать в даль правой и левой рукой , выполнять</p>	1	1.12	

			<p>упражнения на пресс в паре. Продолжать закреплять</p> <p>умение выдерживать темп бега. Упражнять в ходьбе по шнуру с мешочком на голове. Продолжать развивать умения сохранять</p> <p>равновесие при выполнении прыжков в глубину. Развивать координацию движений, двигательную находчивость. Формировать</p> <p>ценностное отношение к своему здоровью.</p>			
28.	37.	Формирование умения выполнять движения командой.	<p>учить преодолевать полосу препятствий колонной, согласовывать действия в колонне. Упражнять в ходьбе и беге в</p> <p>колонне по одному. Закреплять прыжки на месте с движениями рук из разных исходных положений, бросание мяча точно в руки</p> <p>партнеру в игре. Развивать ориентировку в пространстве, координацию движений. Воспитывать ответственность и взаимопонимание, навыки командной работы, критического мышления и разрешения проблем.</p>	1	4.12	
29.	38	Папа, мама, я – здоровая семья!	<p>учить лазать по гимнастической лестнице одноименным способом, развивать координацию движений рук и ног. Упражнять в ходьбе по шнуру, положенному зигзагообразно, спиной вперед. Закреплять умение энергично подталкивать фитбол пальцами рук и менять направление фитбола при катании между предметами.</p> <p>Развивать ловкость, выносливость, гибкость, аналитическое мышление. Формировать навыки самоконтроля движений и пространства. Воспитывать желание быть здоровыми, красивыми, сильными,</p>	1	6.12	

30.	39	Тренируемся всей семьей.	<p>учить лазать по гимнастической лестнице разноименным способом. Закреплять прыжки через короткую скакалку, совершенствовать координацию движения кистей (круговые) и движения ног (вертикальные). Упражнять в подбрасывании и ловле мяча после хлопка руками за спиной; вращении обруча, поставленного вертикально полу. Развивать ловкость, выносливость, быстроту мышления, сообразительность, гибкость. Формировать представления о связи физических упражнений со здоровьем, привычку к ЗОЖ в семье.</p>	1	8.12	
31.	40	Вместе дружно мы живем!	<p>продолжать учить отбивать мяч о пол поочередно правой и левой рукой плавным движением кончиков пальцев. Упражнять в лазании по гимнастической лестнице разноименным способом. Продолжать закреплять умение прыгать на одной ноге между предметами; сохранять статическое равновесие на скамейке. Развивать координацию движений, двигательную находчивость. Воспитывать организованность, толерантность. Формировать умение высказывать свое мнение, отстаивать его, а также признавать свою неправоту в случае ошибки.</p>	1	11.12	
32.	41	Учимся играть в хоккей.	<p>учить выполнять ведение шайбы в прямом направлении. Упражнять в передвижении парой. Продолжать развивать двигательную находчивость, глазомер, умение концентрировать свое внимание при использовании спортивного оборудования. Формировать умение выбирать коммуникативное поведение, адекватное ситуации общения,</p>	1	13.12	

			интерес к занятиям спортом.			
33.	42	Мой друг веселый мячик.	продолжать учить отбивать мяч о пол одной рукой , двигаясь по прямой. Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках на двух ногах с мячом, зажатым между колен. Упражнять в подлезании под аркан различными способами с мячом в руках. Развивать ловкость и выносливость, двигательную находчивость. Воспитывать самостоятельность.	1	15.12	
34.	43	Игры моего двора	продолжать учить отбивать мяч о пол одной рукой , двигаясь по прямой. Упражнять в подлезании под аркан разными способами. Развивать ловкость и быстроту реакции в беге под вращающимся арканом, передаче асыка друг другу. Воспитывать толерантности, интерес к традиционным казахским играм.	1	18.12	20.12
35.	44	Игры с асыками	учить метать мелкие предметы в горизонтальную цель. Упражнять ходьбу по гимнастической скамейке с выполнением задания, беге с увертыванием. Закреплять навык подбрасывания и ловли мелких предметов (асыков) из положения « сед по-турецки». Развивать предметную ловкость, глазомер, умение концентрировать свое внимание при неблагоприятных условиях(шум). Продолжать развивать интерес к играм с асыками, воспитывать гражданственность и толерантность.	1	20.12	
36.	45	Караван. Игры народов Средней Азии.	продолжать учить метать мелкие предметы в горизонтальную цель, принимать правильное исходное положение. Упражнять в прыжки на одной ноге в разном направлении. Закреплять навык подбрасывания и ловли мелких предметов (1	22.12	

			камешки) из положения « сед на пятки». Развивать предметную ловкость, глазомер, умение сосредоточиваться и концентрировать свое внимание при неблагоприятных условиях(шум). Продолжать развивать интерес к народным играм, коммуникативную компетентность. Воспитывать доброжелательность и толерантность.			
37.	46	Упражнения на льду	учить выполнять бросок шайбы в прямом направлении. Упражнять в переносе предметов парой, скольжении по ледяным дорожкам. Продолжать развивать двигательную находчивость, глазомер, умение сосредоточиваться и концентрировать свое внимание при использовании спортивного оборудования. Воспитывать интерес к играм на льду.	1	25.12	
38.	47	Наурузумский заповедник.	Учить перебрасывать мяч друг другу с расстояния 2.5метра, встречать летящий мяч мягким движением согнутых рук. Упражнять в ползании по бревну на четвереньках. Продолжать упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по следам. Развивать выразительность движений, ритмичность; способствовать формированию экологической культуры, гражданственности.	1	27.12	
39.	48	Смелые муравьишки	упражнять в прыжках с места в высоту-(30см), в лазании по гимнастической стенке разноименным способом. Продолжать совершенствовать навыки ходьбы и бег между предметами, ходьбы с перешагиванием через предметы. Упражнять в ходьбе по аркану	1	8.01	

			<p>боком приставным шагом с предметом на голове. Развивать выносливость, ловкость, координацию движений. Воспитывать коллективизм, бережное отношение к природе, к себе</p> <p>как части природы.</p>			
40.	49	Мир мультфильмов.	<p>учить спускаться с гимнастической лестницы по диагонали, переходить с пролета на пролет. Продолжать закреплять умение сохранять устойчивое равновесие, расходиться вдвоем на скамейке, начиная идти с двух сторон. Упражнять в прыжках в глубину с высоты 30 см. в обозначенное место. Развивать внимание, мышление, самостоятельность. Воспитывать дружелюбие, позитивное мироощущение, уважительное отношение к окружающим.</p>	1	10.01	
41.	50	Мир вокруг нас.	<p>Продолжать учить спускаться с гимнастической лестницы по диагонали, переходить с пролета на пролет. Совершенствовать умение бежать ритмично, делая короткие шаги, не ускоряя и не замедляя темп. Упражнять в катании фитболов (мячей) в произвольном направлении, прыжках через 5 шнуров. Развивать координационные способности, общую выносливость, навыки рационального дыхания. Формировать ценностное отношение к окружающему миру, к себе как части этого мира.</p>	1	12.01	
42.	51	Ходьба на лыжах. <i>(На свежем воздухе).</i>	<p>познакомить детей с ходьбой на лыжах, учить принимать правильное исходное положение, создающее правильный начальный цикл движения. Упражнять в ходьбе по лыжне ступающим шагом.</p> <p>Развивать ориентировку в пространстве, выносливость, быстроту реакции. Формировать интерес к занятиям спортом,</p>	1	15.01	

			воспитывать организованность, целеустремленность.			
43.	52	Путешествие по Африке.	<p>учить бросать мяч вдаль двумя руками из-за головы, в положении сидя, отводить назад за голову руки с мячом. Упражнять в катании набивных мячей между кеглями,</p> <p>поставленными в ряд на расстоянии 80см друг от друга, прыжках в длину с места</p> <p>Закреплять умение выполнять ползание на четвереньках с опорой на предплечья и колени с перелезанием через предметы. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве, ритмичность и выразительность движений. Воспитывать доброжелательность, позитивное восприятие окружающего мира.</p>	1	17.01	
44.	53	Путешествие по континентам.	<p>учить бросать набивной мячик вдаль одной рукой, придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным выпрямлением руки. Закреплять лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет по диагонали. Упражнять в прыжках на двух ногах, ходьбе с мячом, зажатым между колен. Развивать ловкость и двигательную находчивость, ориентировку в пространстве. Воспитывать позитивное восприятие окружающего мира, интерес к активному отдыху как форме двигательной активности.</p>	1	19.01	
45.	54	Байконур.	<p>учить выполнять ходьбу по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, а другую пронося прямой вперед сбоку скамейки. Продолжать упражнять в лазании по гимнастической стенке, в прыжках через предметы высотой 15см. Развивать ловкость, силу, быстроту реакции, внимание.</p>	1	22.01	

			<p>Воспитывать гражданственность, организованность, уверенность в своих силах, умение выбирать коммуникативное поведение, адекватное ситуации общения.</p>			
46.	55	Космическое путешествие. Элемент квеста	<p>учить менять направление движение в соответствии со схемой. Продолжать закреплять умение отталкивать мяч пальцами рук, ударять сбоку от ноги (баскетбол).Продолжать закреплять навык энергичного отталкивания и мягкого приземления на полусогнутые ноги перепрыгивать через 6 предметов высотой 15см. Развивать внимание, воображение; координационные способности, аналитическое мышление, Воспитывать бережное отношение к себе, к окружающему миру, дисциплинированность.</p>	1	24.01	
47.	56	Ходьба на лыжах.	<p>совершенствовать умение как можно дольше скользить на одной ноге. Развивать ориентировку в пространстве, выносливость, быстроту реакции. Формировать интерес к занятиям спортом, воспитывать организованность, целеустремленность. Развивать самостоятельную двигательную активность. Формировать понимание важности ведения ЗОЖ.</p>	1	26.01	
48.	57	Путешествие по временам года	<p>Продолжать учить выполнять метание снежков в вертикальную цель, выполнять замах круговым маховым движением руки. Закреплять прыжки через короткую скакалку, прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катить перед собой набивной мяч (равновесие). Упражнять в беге между предметами, с преодолением препятствий. Развивать ловкость, силу, выносливость, умение концентрировать внимание.</p>	1	29.01	

			Воспитывать патриотизм, бережное отношение к окружающему миру, к себе как частичке этого мира.			
49.	58	Космическое путешествие за пределы Солнечной системы (с элементами квеста).	<p>продолжать закреплять умение равновесие при ходьбе по повышенной опоре (ходули), скольжения. Упражнять в беге широким</p> <p>и мелким шагом, ходьбе с изменением направления. Развивать ловкость, быстроту реакции, внимание, аналитическое мышление. Воспитывать организованность, уверенность в своих силах, умение</p> <p>выбирать коммуникативное поведение, адекватное ситуации общения.</p>	1	31.01	
50.	59	Состязание джигитов.	<p>упражнять в ползание между рейками лестницы, поставленной вертикально , развивать координацию движений рук и ног. Закреплять умение прокатывать фитбол «змейкой» между предметами, прыгать на хоп-фитболе между предметами. Развивать ловкость, силу, выносливость, двигательный опыт, выполнять задания в команде и соблюдать правила проведения эстафет. Воспитывать ценностное отношение к культуре народов РК.</p>	1	2.02	
51.	60	Имена, овеянные славой.	<p>продолжать упражнять в метании предметов в вертикальную цель (расстояние 4 метра). Упражнять в прыжках на двух ногах через палки, положенные в ряд. Закреплять навыки ползания, развивать координацию движений рук и ног .</p> <p>Совершенствовать умение владеть своим телом, выполнять перекаты живота на спину с продвижением вперед с мячом в руках. Развивать ловкость, силу, выносливость. Воспитывать патриотизм, активную гражданскую позицию,</p>	1	12.02	

			стремление прийти на помощь более слабым, умение подчинять свои интересы интересам команды.			
52.	61-62	Скороходы.	<p>учить выполнять ходьбу по лыжне скользящим шагом в обход ряда предметов.</p> <p>Совершенствовать умение как можно дольше</p> <p>скользить на одной ноге, выполнять приставные шаги на лыжах в сторону. Развивать ориентировку в пространстве, выносливость, быстроту реакции. Формировать интерес к занятиям спортом,</p> <p>воспитывать организованность, целеустремленность.</p>	2	14.02 16.02	
53.	63	Батыры (использование круговой тренировки)	<p>продолжать совершенствовать метание асыков в горизонтальную цель. Упражнять в беге в медленном темпе, лазании</p> <p>по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет по диагонали, прыжках в высоту с места.</p> <p>Совершенствовать умение владеть своим телом, выполнять вис на канате. Развивать ловкость, силу, выносливость, самостоятельность. Воспитывать ценностное отношение к истории, стремление прийти на</p> <p>помощь более слабым, умение использовать свой двигательный опыт, концентрировать внимание.</p>	1	19.02	
54.	64	Мерген (элементы круговой тренировки)	<p>упражнять в равновесии- вбегать и сбегать по наклонной доске, балансировать на повышенной опоре . Совершенствовать</p> <p>умение выполнять замах слитно, посылать предмет в центр мишени. Продолжать упражнять в подлезании на повышенной опоре, продолжать формировать умение группироваться, сохранять равновесие. Развивать ловкость, силу, выносливость,</p>	1	21.02	

			коммуникативную компетентность. Воспитывать ценностное отношение к традициям и истории, умение использовать свой двигательный опыт, выполнять задания самостоятельно.			
55.	65	Аншылар	<p>развивать координацию движений рук и ног при ползании по пластунски. Упражнять в ходьбе с высоким пониманием колен,</p> <p>продолжать формировать умение сохранять динамическое равновесие. Совершенствовать умение выполнять бег между предметами. Развивать ловкость, силу, выносливость,</p> <p>коммуникативную компетентность. Воспитывать ценностное отношение к традициям, к природе, умение использовать свой двигательный опыт, выполнять задания всей командой.</p>	1	23.02	
56.	66	Игры на кыстау.	<p>учить выбирать оптимальный способ ползания и подлезания под шестами, положенными в ряд, поднятыми на высоту 40-30-20см. Упражнять в прыжках вокруг шеста на одной ноге с продвижением</p> <p>вперед, совершенствовать умение не опускаться на всю стопу. Развивать аналитическое мышление, умение принимать нестандартное решение, ловкость, силу, выносливость,</p> <p>коммуникативную компетентность. Воспитывать ценностное отношение к природе, выполнять задания индивидуально и подгруппами.</p>	1	26.02	
57.	67	Обгони ветер.	<p>продолжать учить выполнять ходьбу на лыжах с выполнение заданий Закреплять умение выполнять повороты, переступая на месте вокруг носков лыж на 180 градусов. Развивать ловкость, выносливость, быстроту реакции.</p>	1	28.02	

			Воспитывать умение осознавать и уважать собственные нужды и взгляды, также нужды и взгляды других при разделении пространства и ресурсов.			
58.	68-69	Игры на жайляу.	продолжать учить выбирать оптимальный способ действия для достижения лучшего результата при ползании под арканами, поднятыми на высоту 40-30-20см, прыжках через аркан, поднятым на высоту 20- 30см. Упражнять в катании фитболов в разном направлении, развивать мелкую моторику. Закреплять умение перестраиваться в колонну по одному и по два в движении согласовывать свои шаг с шагом ребенка в паре. Развивать аналитическое мышление, умение использовать свой двигательный опыт, ловкость, силу, выносливость. Воспитывать ценностное отношение к природе, интерес к труду в разное время года	2	1.03 4.03	
59.	70	С арканом играй – здоровье укрепляй.	продолжать учить применять разные виды подлезания под аркан. Упражнять в беге под вращающимся арканом, ходьбе по аркану боковым приставным шагом разным способом. Закреплять умение выполнять фигурную ходьбу, согласовывать свои шаг с шагом других детей, перепрыгивать через аркан в момент прохождения под ногами. Развивать смелость, ловкость, быстроту реакции, координацию движений. Воспитывать ценностное отношение к традициям, толерантность, интерес к казахским играм.	1	6.03	
60.	71	Тренируемся самостоятельно.	способствовать повышению уровня произвольности двигательных действий. Учить	1	11.03	

			<p>забрасывать мяч в корзину,</p> <p>направлять мяч к цели с одновременным разгибанием ног. Продолжать формировать умение лазать по гимнастической лестнице- по диагонали переходить с пролета на пролет, совершенствовать умение координировать движения рук и ног</p> <p>(переступать приставным шагом, перехватывать руками перекладины</p> <p>лестницы). Упражнять в ходьбе по наклонной доске; развивать способность к удержанию статических поз и поддержанию правильного положения позвоночника. Воспитывать организованность, выдержку, самоконтроль</p>			
61.	72	Подари тепло другу.	<p>продолжать учить забрасывать мяч в корзину, направлять мяч к цели с одновременным разгибанием ног. Продолжать упражнять в беге широким шагом. Продолжать закреплять умение по диагонали переходить с пролета на пролет, переступать приставным шагом,</p> <p>перехватывать руками перекладины лестницы. Развивать ловкость,</p> <p>выносливость, гибкость, аналитическое мышление. Формировать умение заниматься самостоятельно, выполнять точно указания</p> <p>педагога, навыки самоконтроля движений и пространства. Воспитывать желание быть здоровыми, красивыми, сильными, помогать более слабым.</p>	1	13.03	
62.	73	Игры на льду.	<p>формировать умение согласовывать свои действия с действиями других игроков колонны при выполнении</p>	1	15.03	

			<p>различных передвижений. Продолжать развивать глазомер, умение сосредоточиваться и концентрировать свое внимание при ведении предметов клюшкой, выполнении ударов по шайбе. Развивать ориентировку в пространстве, выносливость, быстроту реакции. Стимулировать воспитанников вести здоровый образ жизни, применять приобретенные навыки в дальнейшем.</p>			
63.	74-75	Виды спорта.	<p>учить выбивать городок с полукона, придавать броску биты движение, направленное параллельно земле. Продолжать совершенствовать умение бросать мяч друг другу приемом из-за головы. Продолжать упражнять в беге широким шагом, в ходьбе по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, а другую пронося прямой вперед сбоку скамейки. Развивать ловкость, силу, выносливость, самостоятельность. Формировать навыки самоконтроля движений и пространства, умения выполнять задания в группе. Воспитывать желание заниматься физической культурой самостоятельно, стремление быть лидером.</p>	2	18.03 20.03	
64.	76	Тренировка-формула побед!. Круговая тренировка	<p>продолжать учить выполнять бег из разных исходных положений (лежа на животе ;сидя по-турецки) развивать быстроту реакции, внимание. Совершенствовать умение катать мячи правой и левой ногой между предметами, передавать мяч с отскоком от пола из одной руки в другую. Упражнять в прыжках через скакалку.</p> <p>Закреплять навыки сохранения равновесия при ходьбе по узкой стороне скамейки. Развивать</p>	1	1.04	

			ловкость, силу, выносливость, самостоятельность. Воспитывать трудолюбие, взаимовыручку, желание быть лучшим, организованность.			
65.	77	Спортивный комплекс.	<p>продолжать формировать навыки игры в баскетбол, ведения мяча двумя руками между предметами. Совершенствовать умение катать футбольные мячи правой и левой ногой в цель с расстояния 2 метра; посылать биты медленным вращательным движением, направленным параллельно земле. Упражнять в ходьбе гимнастической скамейке, развивать координацию движений при выполнении задания -на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок, навыки самостраховки. Развивать ловкость, силу, выносливость. Воспитывать привычку к занятиям спортом, ЗОЖ, желание быть лидером, дисциплинированность.</p>	1	3.04	
66.	78	Индивидуальная и групповая тренировки.	<p>учить прыгать на предметы высотой 15 см, энергично отталкиваться от пола, помогать своевременным взмахом рук.</p> <p>Закреплять навык ведения мяча одной рукой, дифференцировать силу удара по поверхности мяча, направлять движение мяча несколько в стороне от ноги. Совершенствовать умение катать футбольные мячи правой и левой ногой друг другу по кругу. Продолжать закреплять бег широким шагом, пробежать 10метров с наименьшим числом шагов. Развивать ловкость, силу, выносливость. Воспитывать привычку к занятиям спортом, ЗОЖ, коммуникативные навыки , организованность.</p>	1	5.04	

67.	79	Игры народов РК.	<p>закреплять умение выполнять ролевые действия в контексте движений народных игр. Совершенствовать навыки перестроения</p> <p>колонну, круг, шеренгу в соответствии с правилами игр. Развивать ориентировку в пространстве, координацию движений, быстроту реакции. Формировать интерес к народным играм, воспитывать толерантность и уважительное отношение к традициям РК.</p> <p>Способствовать формированию умений общения, адекватных условиям реальной коммуникации.</p>	1	8.04	
68.	80	Тренировка волейболистов	<p>продолжать формировать навыки ходьбы с выполнением задания для рук, непрерывного бега в медленном темпе. Продолжать упражнять в построении и перестроении, в ориентировке в пространстве зала. Развивать предметную ловкость- ползать с мячом</p> <p>между колен с опорой на ладони и ступни; прокатывать мяч одной и двумя руками; ходить с мячом, зажатым между ступнями: бросать мяч за спину. Развивать мелкую моторику, навыки самоконтроля.</p> <p>Воспитывать мотивацию к занятиям спортом, привычку к ЗОЖ.</p>	1	10.04	
69.	81-82	Играй, играй- мяч не теряй.	<p>закрепить навыки прокатывания футбольного мяча правой и левой ногой друг другу по кругу; отбивания мяча от пола. Продолжать закреплять координацию движений и навыки самоконтроля при выполнении ходьбы с мячом, зажатым между ступнями; прыжках с мячом, зажатым между колен. Развивать ловкость, координацию движений, внимание, умение использовать свой двигательный опыт в</p>	2	12.04 15.04	

			командной игре. Воспитывать желание играть в спортивные игры со сверстниками, ЗОЖ, настойчивость, социальные навыки.			
70.	83	Играем в футбол.	упражнять в катании футбольного мяча ногой , правильно оценивать направление движение мяча. Закреплять умение выполнять прыжки на двух ногах с мячом, зажатый между ног, с продвижением вперед на расстояние 2,5 метра . Продолжать формировать умение выполнять движения в паре; выполнять строевые упражнения, повышать уровень произвольности действий. Развивать координацию движений и быстроту реакции, выносливость. Воспитывать мотивацию к З.О.Ж.	1	17.04	
71.	84	Упражнения на волейбольной площадке.	учить перебрасывать мяч через натянутую веревку с последующей ловлей. Продолжать учить выполнять впрыгивание на возвышение высотой 20 см с разбега. Упражнять в катании мяча в разном направлении одной рукой. Совершенствовать умение владеть своим телом при ползании попластунски с мячом в руках. Продолжать развивать внимание и быстроту реакции, быстро и точно реагировать на звуковые сигналы. Развивать координацию движений и выносливость; навыки рационального дыхания. Способствовать формированию мотивации возможности самосовершенствоваться.	1	19.04	
72.	85	Игры моих друзей	продолжать совершенствовать умение перепрыгивать через аркан в момент его прохождения под ногами игрока. Закреплять	1	22.04	

			<p>умение уворачиваться от летящего мяча, применяя разные тактики. Развивать ориентировку в пространстве, выносливость, быстроту реакции. Формировать умение согласовывать свои действия с действиями других игроков. Воспитывать ценностное отношение друг к другу, позицию сотрудничества, толерантность.</p>			
73.	86	Казахские народные игры.	<p>учить метать мелкие предметы в горизонтальную цель с расстояния 3 метра. Упражнять в равновесии, продолжать развивать умение перекладывать асык перед собой и за спиной во время ходьбы по гимнастической скамейке. Закреплять навык подбрасывания и ловли мелких предметов (асыков) из положения «сед, ноги скрестно». Развивать предметную ловкость, глазомер, умение сосредоточиваться и концентрировать свое внимание при неблагоприятных условиях(шум). Продолжать развивать интерес к играм с асыками, воспитывать гражданственность и толерантность.</p>	1	24.04	
74	87	Игры народов Казахстана.	<p>продолжать закреплять метание мяч в движущуюся цель с расстояния 3метра. умение уворачиваться от летящего мяча. Совершенствовать умение выполнять бег в разном направлении. Развивать предметную ловкость, глазомер, умение сосредоточиваться и концентрировать свое внимание при неблагоприятных условиях(шум). Продолжать развивать интерес к народным играм. Воспитывать доброжелательность и толерантность.</p>	1	26.04	
75	88	Упражнения для всей семьи.	<p>учить бросать мяч в даль двумя руками приемом из-за головы , стоя в шеренге. Закреплять</p>	1	29.04	

			<p>умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие , переползать через скамейки в чередовании с ходьбой. Упражнять в беге, прыжках на двух ногах</p> <p>через палки, положенные на расстояние 50см одна от другой. Развивать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, соблюдать последовательность выполнения движений. Развивать</p> <p>координацию движений, ловкость, внимание; воспитывать выдержку, дисциплинированность, ценностное отношение к членам семьи, привычку к ЗОЖ в семье.</p>			
76	89	Охотники.	<p>упражнять в метании биты в вертикальную цель , совершенствовать умение выполнять движение слитно, посылать предмет в центр мишени. Закреплять ходьбу с высоким пониманием колен, продолжать формировать умение сохранять динамическое равновесие, бег между предметами. Развивать ловкость, силу, выносливость, коммуникативную компетентность. Воспитывать ценностное отношение к природе, выполнять задания всей командой.</p>	1	3.05	
77	90	В футбол играй- здоровье укрепляй.	<p>продолжать учить овладевать навыками игры в футбол в паре, останавливать мяч подошвой, попадать мячом в цель.</p> <p>Совершенствовать навыки перестроения колонну, круг, шеренгу. Закреплять умение выполнить ходьбу шеренгой с одной стороны площадки на противоположную . Продолжать совершенствовать умение вращать обруч вокруг вертикальной оси, развивать мускулатуру пальцев. Развивать ловкость координационные способности,</p>	1	6.05	

			<p>внимательность, организованность. Воспитывать ценностное отношение к своему здоровью, к здоровью окружающих,</p> <p>стремление к ЗОЖ.</p>			
78	91	Физкультура для всей семьи!	<p>продолжать совершенствовать умение лазать по гимнастической лестнице разноименным способом , развивать координацию движений рук и ног. Упражнять в ходьбе по шнуру,</p> <p>положенному зигзагообразно, спиной вперед, развивать умение сохранять динамическое равновесие. Развивать ловкость, выносливость, гибкость. Формировать умение заниматься самостоятельно, выполнять точно указания педагога. Развивать координационные способности, выносливость, абстрактно-логического мышление . Воспитывать желание быть здоровыми, красивыми, сильными, привычку к ЗОЖ в семье</p>	1	8.05	
79	92	Стань лидером!	<p>учить выполнять бег широким шагом с линии на линию. Продолжать упражнять в забрасывании мяча в корзину, направлять мяч к цели с одновременным разгибанием ног. Продолжать формировать умение лазать по гимнастической лестниц- по диагонали переходить с пролета на пролет, переступать приставным шагом, перехватывать руками перекладины лестницы. Развивать навыки правильного рационального дыхания при различных нагрузках. Воспитывать организованность, выдержку, самоконтроль.</p>	1	10.05	
80	93	Наездники.	<p>упражнять в подлезании между рейками лестницы, поставленной вертикально, прокатывании фитбола «змейкой» между</p>	1	13.05	

			<p>предметами. Совершенствовать умение прыгать на хоп-фитболе, сохраняя прямую осанку и энергично отталкиваясь от пола и мягко приземляясь на полусогнутые ноги. Развивать ловкость, силу, выносливость, коммуникативную компетентность. Воспитывать ценностное отношение к культуре народа, умение использовать свой двигательный опыт, выполнять задания в команде и соблюдать правила проведения эстафет.</p>			
81	94	Метание вдаль одной рукой.	<p>продолжать учить метать в даль правой и левой рукой , выполнять замах круговым движением руки сначала вниз, затем назад до полного ее выпрямления. Упражнять в прыжках в глубину, спрыгивать с предметов на полусогнутые ноги, сохранять равновесие. Закреплять умение группироваться при подлезании между рейками лестницы, поставленной вертикально. Развивать</p> <p>ловкость, силу, выносливость, самостоятельность.</p> <p>Воспитывать</p> <p>организованность, дисциплинированность</p>	1	15.05	
82	95	Скакалка – супертренажер.	<p>учить выбирать оптимальный способ действия для достижения лучшего результата при подлезании под скакалками, поднятыми на высоту 40-30-см. Упражнять в прыжках вокруг скакалки на одной ноге с продвижением вперед. Закреплять умение сохранять ровную осанку при ходьбе между скакалками, перешагивании через скакалки. Развивать аналитическое мышление,</p> <p>умение принимать нестандартное решение; ловкость, силу, выносливость. Воспитывает ответственность и</p>	1	17.05	

			взаимопонимание, навыки командной работы.			
83	96	Выполнение перекатов.	<p>учить выполнять перекат вперед и назад. Продолжать упражнять в ползании на четвереньках в прямом направлении, толкая головой мяч, на расстояние 4метра. Закреплять умение подбрасывать мяч вверх и ловить его после отскока от пола, ловить мяч</p> <p>разведенными пальцами рук. Совершенствовать умение координировать движения рук и ног, развивать ловкость, выносливость, мускулатуру рук. Профилактика нарушения зрения.</p> <p>Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.</p>	1	20.05	
84	97	Учимся управлять своим телом.	<p>продолжать учить выполнять прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед на расстояние 8 метров. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча после хлопка руками. Закреплять умение сохранять динамическое равновесие в ходьбе по шнуру с мешочком с песком на голове. Развивать ловкость, выносливость, быстроту мышления, сообразительность, гибкость. Формировать навыки самоконтроля движений и пространства. Воспитывать желание быть здоровыми, привычку к ЗОЖ.</p>	1	22.05	
85	98	Спортивные игры в паре.	<p>продолжать учить отбивать волан ракеткой в указанном направлении, подбрасывать волан перед собой и энергично отбивать</p> <p>его по траектории вперед-вверх. Закреплять навык броска биты</p> <p>вращательным движением, направленным параллельно земле. Совершенствовать умение</p>	1	24.05	

			<p>бегать в среднем темпе. Развивать ловкость, силу, выносливость.</p> <p>Воспитывать привычку к занятиям спортом, дисциплинированность.</p>			
		Итого:		99		