

Бекітемін:  
«№38 «Қарлығаш» бөбекжайы» КМҚК  
менгерушісі

  
Попова Л.Н.  
2023 жылғы «01» қыркүйек

ШҚО білім басқармасы Риддер қаласы бойынша білім бөлімінің  
«№ 38 «Қарлығаш» бөбекжайы» КМҚК  
КГКП «Ясли-сад №38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру  
Управления образования ВКО

**2023-2024 оқу жылына  
«Дене шынықтыру» бөлімі бойынша  
перспективалық жоспар**

**Перспективный план  
По разделу «Физическая культура»  
На 2023-2024 учебный год**

Құрастырған / Составил:  
Дене тәрбиесінің нұсқаушысы / инструктор  
по физической культуре Дүйсенби Д.Д.

*методист Власюкова Л.А.*

Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_ -  
20\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа группа «Балдаурен»

Возраст детей    - лет

На какой период составлен план сентябрь 2023 года

| Ме<br>сяц                           | Организованная<br>деятельность | Задачи организованной<br>Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Се<br>нтя<br>брь<br>202<br>3<br>год | Физическая<br>культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b><br/>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;<br/>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;<br/>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);<br/>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).<br/>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;<br/>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).<br/>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>катание на велосипеде, самокате. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах, на самокате. Выполнять повороты вправо, влево;</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Кегли. Бросание мяча, занимая правильное исходное положение. Выбивание кегли с расстояния 1,5 - 2 метра;<br/><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Необходимо поощрять игры детей с мячами, обручами, игрушками-двигателями, побуждать к использованию физкультурного инвентаря, оборудования, атрибутов для спортивных и подвижных игр. Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх. Регулировать физическую нагрузку на организм с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Создавать условия для двигательной деятельности детей на воздухе с учетом состояния погоды.</p> <p><b>Оздоровительно-закаливающие процедуры.</b><br/>Закаливание носоглотки, босохождение.</p> <p><b>Культурно-гигиенические навыки:</b><br/>Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом. Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком.</p> |

методист: Власюкова Л.А. Е.А.

Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_22\_\_ -  
20\_\_23\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа средняя группа «Ягодка»

Возраст детей 3-4 года

На какой период составлен план сентябрь 2023 года

| Месяц             | Организованная деятельность | Задачи организованной Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Сентябрь 2023 год | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b></p> <p>Упражнения для рук и плечевого пояса:<br/>поднимать и опускать руки вверх, вперед, в стороны (вместе или поочередно);<br/>перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой;<br/>хлопать руками перед собой или над головой, за спиной;<br/>вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами, сжимать и разжимать пальцы рук;</p> <p>Упражнения для туловища:<br/>передавать мяч друг другу над головой (назад и вперед), с поворотом в стороны (вправо-влево);<br/>поворачивать туловище влево, вправо (из положения сидя);<br/>поднимать и опускать ноги, двигать ногами (из положения лежа на спине);<br/>сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны (из положения лежа на животе);</p> <p>Упражнения для ног:<br/>подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону;<br/>приседать вытягивая руки вперед; обхватывая колени руками и наклоняя голову; поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях<br/>захватывать пальцами ног мешочки с песком сидя, ходить по палке, валику (диаметр 6-8 сантиметров) приставным шагом.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p>Ходьба. Ходить обычно, на носках, с высоким подниманием колен, по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», враспынную; ходить с выполнением заданий: взявшись за руки, держась за веревку, с остановкой, приседанием, поворотом. Упражнения в равновесии. Ходить по наклонной доске (20-30 сантиметров), по веревке, по бревну боковым приставным шагом, сохраняя равновесие; по прямой дорожке, по дощечкам положенным на расстоянии 10 см. одна от другой, по ребристой доске;</p> <p>Бег. Бегать обычно, на носках, в колонне по одному, с одной стороны площадки на другую, в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», враспынную; бегать с выполнением определенных заданий: с остановкой, бегать по сигналу в указанное место; бегать с изменением темпа: в быстром (до 10 - 20 метров), без остановки в медленном темпе (в течение 50-60 сек.);</p> <p>Прыжки. Прыгать на месте на двух ногах, с продвижением вперед расстояние 2-3 метра, из круга в круг, вокруг предметов и между ними, с высоты 15-20 см, с касанием подвешенного предмета рукой, вверх с места стоя, через линию, в длину с места на расстоянии не менее 40 см;</p> <p>Построение, перестроение. Построение друг за другом, рядом друг с другом, в круг (по зрительным ориентирам).</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b></p> <p>Выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b></p> <p>Развивать самостоятельность, активность и творчество детей в процессе выполнении движений. Поощрять самостоятельные игры с колясками, автомобилями, велосипедами, мячами, шарами.</p> |

методист: Власюнова Л. А.  
Е. П.

Перспективный план организованной деятельности на 20\_23\_\_ -  
20\_24\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа старшая группа «Лучики»

Возраст детей 4-5 лет

На какой период составлен план Сентябрь 2023 года

| Мес                 | Организованная деятельность                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Задачи организованной Деятельности |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| Физическая культура | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b></p> <p>Упражнения для рук и плечевого пояса:</p> <p>поднимать и опускать руки вверх, вперед, в стороны (вместе или поочередно);</p> <p>перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой;</p> <p>хлопать руками перед собой или над головой, за спиной;</p> <p>вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами, сжимать и разжимать пальцы рук;</p> <p>Упражнения для туловища:</p> <p>передавать мяч друг другу над головой (назад и вперед), с поворотом в стороны (вправо-влево);</p> <p>поворачивать туловище влево, вправо (из положения сидя);</p> <p>поднимать и опускать ноги, двигать ногами (из положения лежа на спине);</p> <p>сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны (из положения лежа на животе);</p> <p>Упражнения для ног:</p> <p>подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону;</p> <p>приседать вытягивая руки вперед; обхватывая колени руками и наклоняя голову;</p> <p>поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях</p> <p>захватывать пальцами ног мешочки с песком сидя, ходить по палке, валику (диаметр 6–8 сантиметров) приставным шагом.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p>Ходьба. Ходить обычно, на носках, с высоким подниманием колен, по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», враспынную; ходить с выполнением заданий: взявшись за руки, держась за веревку, с остановкой, приседанием, поворотом. Упражнения в равновесии. Ходить по наклонной доске (20-30 сантиметров), по веревке, по бревну боковым приставным шагом, сохраняя равновесие; по прямой дорожке, по дощечкам положенным на расстоянии 10 см. одна от другой, по ребристой доске;</p> <p>Бег. Бегать обычно, на носках, в колонне по одному, с одной стороны площадки на другую, в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», враспынную; бегать с выполнением определенных заданий: с остановкой, бегать по сигналу в указанное место; бегать с изменением темпа: в быстром (до 10 – 20 метров), без остановки в медленном темпе (в течение 50-60 сек.);</p> <p>Катание, бросание, ловля. Бросать предметы на дальность правой и левой рукой (на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м).</p> <p>Ползание, лазанье: Ползать в прямом направлении на расстояние 4–6 метров, между предметами, вокруг них, по доске, положенной на пол, под веревку, дугу, высотой 40 см, по наклонному модулю, через туннель; лазать по лестнице, влезать на гимнастическую стенку и спускаться (высота 1,5 м);</p> <p>Прыжки. Прыгать на месте на двух ногах, с продвижением вперед расстояние 2-3 метра, из круга в круг, вокруг предметов и между ними, с высоты 15-20 см, с касанием подвешенного предмета рукой, вверх с места стоя, через линию, в длину с места на расстоянии не менее 40 см;</p> <p>Построение, перестроение. Построение друг за другом, рядом друг с другом, в круг (по зрительным ориентирам).</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b></p> <p>Выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b></p> <p>Развивать самостоятельность, активность и творчество детей в процессе выполнении движений. Поощрять самостоятельные игры с колясками, автомобилями, велосипедами, мячами, шарами.</p> |                                    |

методист: Васькова Л. А. 

Перспективный план организованной деятельности на 20\_23\_ -  
20\_24\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Ридеру Управления образования ВКО

Группа предшкольная группа «Цветочек»

Возраст детей 5-6 лет

На какой период составлен план Сентябрь 2023 года

| Месяц             | Организованная деятельность | Задачи организованной Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Сентябрь 2023 год | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li><li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li><li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li><li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li><li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li><li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li><li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li></ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Развивать интерес к подвижным играм. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Развивать в играх физические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость и др.). Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.</p> <p><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Необходимо поощрять игры детей с мячами, обручами, игрушками-двигателями, побуждать к использованию физкультурного инвентаря, оборудования, атрибутов для спортивных и подвижных игр. Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх. Регулировать физическую нагрузку на организм с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Создавать условия для двигательной деятельности детей на воздухе с учетом состояния погоды.</p> |

методист: Волосюнова Л.А.  
2-1-

Перспективный план организованной деятельности на 20\_23\_\_ -  
20\_24\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа дошкольная группа «Сказка»

Возраст детей 5-6 лет

На какой период составлен план сентябрь 2023 года

| Месяц             | Организованная деятельность | Задачи организованной Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Сентябрь 2023 год | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li><li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li><li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li><li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li><li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li><li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li><li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li></ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Развивать интерес к подвижным играм. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Развивать в играх физические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость и др.). Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.</p> <p><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i><br/><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Необходимо поощрять игры детей с мячами, обручами, игрушками-двигателями, побуждать к использованию физкультурного инвентаря, оборудования, атрибутов для спортивных и подвижных игр. Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх. Регулировать физическую нагрузку на организм с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Создавать условия для двигательной деятельности детей на воздухе с учетом состояния погоды.</p> |

методист: Васюкова Л.А.  
Е.А.

Перспективный план организованной деятельности на 2023 -  
2024 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа «Балдаурен»

Возраст детей - лет

На какой период составлен план октябрь 2023 года

| Месяц            | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Октябрь 2023 год | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li> <li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li> <li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра;</li> <li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li> <li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li> <li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li> <li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li> </ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>катание на велосипеде, самокате. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах, на самокате. Выполнять повороты вправо, влево;</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Кегли. Бросание мяча, занимая правильное исходное положение. Выбивание кегли с расстояния 1,5 - 2 метра;<br/>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.<br/>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.<br/>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Необходимо поощрять игры детей с мячами, обручами, игрушками-двигателями, побуждать к использованию физкультурного инвентаря, оборудования, атрибутов для спортивных и подвижных игр. Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх. Регулировать физическую нагрузку на организм с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Создавать условия для двигательной деятельности детей на воздухе с учетом состояния погоды.</p> <p><b>Оздоровительно-закаливающие процедуры.</b><br/>Закаливание носоглотки, босохождение.</p> <p><b>Культурно-гигиенические навыки:</b><br/>Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом. Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком.</p> |

методист: В.А.Соболева 31.10.23

Перспективный план организованной деятельности на 2023 -  
2024 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа «Лучики»

Возраст детей 4-5 лет

На какой период составлен план октябрь 2023 года

| Месии            | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Октябрь 2023 год | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b></p> <p><i>Упражнения для рук и плечевого пояса.</i> Разводить руки в стороны из положения «руки перед грудью»; поднимать руки вверх и разводить в стороны из положения «руки за голову». Поднимать руки со сцепленными в «замок» пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх. Поднимать руки вверх-назад одновременно, попеременно.</p> <p><i>Упражнения для туловища.</i> Передавать друг другу мяч над головой (назад и вперед). Повороты вправо, влево, поднимая руки вперед. Наклоны вперед, прогибаясь, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поочередно поднимать согнутые и прямые ноги, прижавшись спиной к гимнастической стенке, держась руками за рейку на уровне бедер. Наклоны вперед, коснуться ладонями пола; поднимая за спиной сцепленные руки; в стороны с поднятыми вверх руками. Наклоны вперед сидя, стоя на коленях.</p> <p><i>Силовые упражнения.</i> Ходить на руках (один ребенок держит другого за ноги) 3-5 метров.</p> <p><i>Упражнения на пресс:</i> поднимать и опускать туловище лежа на спине, руки за голову, (в паре, один ребенок, сидя на ногах другого, придерживает его (5-6 раз); поднимать прямые ноги вперед (махом) виса на руках на гимнастической стенке (5-6 раз).</p> <p><i>Упражнения для спины:</i> перекатываться вперед-назад из положения сидя в группировке «качалка» (5-6 раз), выполнять упражнение с элементами стретчинга, ползать на животе с помощью рук (3 метра)</p> <p><i>Упражнения для ног:</i> Подниматься на носки. Переступать на месте без отрыва носков ног от опоры. Выполнять 2-3 полуприседаний подряд. Приседать, вынося руки вперед; опираясь руками о колени; обхватывая колени руками и пригибая голову. Выпад вперед, в сторону. Захватывание и перемещение пальцами ног мелких предметов.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p><i>ходьба.</i> Ходить в колонне по одному, по двое, по трое; на носках, на пятках, на внутренней и внешней стороне стоп; высоко поднимая согнутую в колене ногу; с перешагиванием через предметы, боком; с поворотом в другую сторону, с перешагиванием через скакалку, в разном темпе; с изменением положения рук; с остановкой по сигналу взрослого; изменением направления движения; врассыпную; между предметами между кеглями, с перешагиванием через шнуры; приставными шагами вперед.</p> <p><i>равновесие.</i> Ходить с перешагиванием через предметы; по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках, по скамейке, перешагивая кубики; по канату боком, приставным шагом (пятки на канате, носки на полу), по скамейке с перекладыванием на каждый шаг вперед мяча из руки в руку перед собой или за спиной, по ребристой поверхности; по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка, кружение парами, держась за руки.</p> <p><i>бег.</i> Бегать врассыпную, парами, в колонне по одному, по двое, высоко поднимая колени; «змейкой» между расставленными в одну линию предметами, с преодолением препятствий, с преодолением препятствий в естественных условиях, с разной скоростью - медленно, быстро, в среднем темпе непрерывный бег 1,5-2 минуты; на дистанцию 100-120 метров в чередовании с ходьбой; на скорость, пробегание отрезков (длина 20 метров) на скорость до обозначенного места;</p> <p><i>ползание, лазанье.</i> Ползать на четвереньках «змейкой» между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползать через препятствия; ползать на</p> |

четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч; ползать по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезать через несколько предметов подряд, пролезать в обруч разными способами, лезть по гимнастической стенке с изменением темпа и переходом от одной гимнастической стенки к другой.

прыжки. Прыгать на месте; с продвижением вперед на расстояние 3–4 метра, на двух ногах с мешочком, зажатым между колен; по прямой (расстояние 6 метров); на двух ногах между предметами (расстояние 4 метра); на правой и левой ноге поочередно между предметами (расстояние 3 метра); в высоту с места; 6–8 метров, из обруча в обруч на расстоянии 40 сантиметров на одной и на двух ногах, через длинную скакалку, через короткую скакалку, вращая ее вперед; перепрыгивать через шнуры, линии, попеременно на правой и левой ноге, вокруг себя, спрыгивать с высоты, запрыгивать на возвышение до 20 сантиметров;

бросание, ловля, метание. Бросать мяч вверх, через шнур и ловить двумя руками, одной рукой (правой и левой поочередно); прокатывать мяч между предметами, поставленными в ряд, бросать мяч о стену и ловить двумя руками; метать мешочки с песком, асыки в цель на расстояние 2–2,5 метра, перебрасывать мяч друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 1,5–2 метра) построение, перестроение. Строиться в колонну по одному, по два, по три, в шеренгу; перестроиться в колонну по двое, по трое; равнение в колонне на вытянутые руки вперед, в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны; повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком.

#### **Музыкально-ритмические упражнения.**

Выполнять красиво и грациозно знакомые физические упражнения под музыку. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Шагать прямо. Движение парами по кругу.

#### **Спортивные упражнения:**

Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Продолжать знакомить с различными видами спорта. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Выполнять повороты вправо и влево;

#### **Элементы спортивных игр:**

элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди. Упражняться в ведении мяча правой и левой рукой;

бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону;

элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Водить мяч вокруг предметов. Закачивать мяч в ворота. Отбивать мяч о стену несколько раз, подряд;

*Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.*

*Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.*

*День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.*

#### **Самостоятельная двигательная активность.**

Создавать двигательную среду, насыщенную различным оборудованием и спортивным инвентарем, способствующими развитию игры.

Организовать пространство для многовариантных игр. Наличие картотеки игр, движений, упражнений.

Формировать навыки организации соревнований со сверстниками, подчинения их правилам.

Создать условия для самостоятельной организации детьми подвижных игр, совершенствовать усвоенные двигательные умения и навыки во время прогулки. Уметь правильно оборудовать место прогулки.

, Наличие на участке дорожки препятствий.

методист: Власюнова Л. А.

Перспективный план организованной деятельности на 2023-2024 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа «Ягодка»

Возраст детей 3-4 лет

На какой период составлен план Октябрь 2023 года

| Мес | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b></p> <p>Упражнения для рук и плечевого пояса:<br/>поднимать и опускать руки вверх, вперед, в стороны (вместе или поочередно);<br/>перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой;<br/>хлопать руками перед собой или над головой, за спиной;<br/>вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами, сжимать и разжимать пальцы рук;</p> <p>Упражнения для туловища:<br/>передавать мяч друг другу над головой (назад и вперед), с поворотом в стороны (вправо-влево);<br/>поворачивать туловище влево, вправо (из положения сидя);<br/>поднимать и опускать ноги, двигать ногами (из положения лежа на спине);<br/>сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны (из положения лежа на животе);</p> <p>Упражнения для ног:<br/>подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону;<br/>приседать вытягивая руки вперед; обхватывая колени руками и наклоняя голову;<br/>поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях<br/>захватывать пальцами ног мешочки с песком сидя, ходить по палке, валику (диаметр 6-8 сантиметров) приставным шагом.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p>Ходьба. Ходить обычно, на носках, с высоким подниманием колен, по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», врассыпную; ходить с выполнением заданий: взявшись за руки, держась за веревку, с остановкой, приседанием, поворотом. Упражнения в равновесии. Ходить по наклонной доске (20-30 сантиметров), по веревке, по бревну боковым приставным шагом, сохраняя равновесие; по прямой дорожке, по дощечкам положенным на расстоянии 10 см. одна от другой, по ребристой доске;</p> <p>Бег. Бегать обычно, на носках, в колонне по одному, с одной стороны площадки на другую, в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», врассыпную; бегать с выполнением определенных заданий: с остановкой, бегать по сигналу в указанное место; бегать с изменением темпа: в быстром (до 10 - 20 метров), без остановки в медленном темпе (в течение 50-60 сек.);</p> <p>Катание, бросание, ловля. Бросать предметы на дальность правой и левой рукой (на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м).</p> <p>Ползание, лазанье: Ползать в прямом направлении на расстояние 4-6 метров, между предметами, вокруг них, по доске, положенной на пол, под веревку, дугу, высотой 40 см, по наклонному модулю, через туннель; лазать по лестнице, влезать на гимнастическую стенку и спускаться (высота 1,5 м);</p> <p>Прыжки. Прыгать на месте на двух ногах, с продвижением вперед расстояние 2-3 метра, из круга в круг, вокруг предметов и между ними, с высоты 15-20 см, с касанием подвешенного предмета рукой, вверх с места стоя, через линию, в длину с места на расстоянии не менее 40 см;</p> <p>Построение, перестроение. Построение друг за другом, рядом друг с другом, в круг (по зрительным ориентирам).</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Развивать самостоятельность, активность и творчество детей в процессе выполнении движений. Поощрять самостоятельные игры с колясками, автомобилями, велосипедами, мячами, шарами.</p> |

методист: Власова И. И.  
8-1-

Перспективный план организованной деятельности на 2023 -  
2024 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

МБДОУ «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Ридлеру Управления образования ВКО

Группа «Цветочек»

Возраст детей 6-5 лет

На какой период составлен план октябрь 2023 года

| Месяц            | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Октябрь 2023 год | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li><li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li><li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li><li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li><li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li><li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li><li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li></ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Развивать интерес к подвижным играм. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Развивать в играх физические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость и др.). Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.</p> <p><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Необходимо поощрять игры детей с мячами, обручами, игрушками-двигателями, побуждать к использованию физкультурного инвентаря, оборудования, атрибутов для спортивных и подвижных игр. Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх. Регулировать физическую нагрузку на организм с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Создавать условия для двигательной деятельности детей на воздухе с учетом состояния погоды.</p> |

методист: Власова Л. Н.  
8-1-

Перспективный план организованной деятельности на 2023 -  
2024\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа «Сказка»

Возраст детей 6-5 лет

На какой период составлен план октябрь 2023 года

| Месяц            | Организованная деятельность | Задачи организованной Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Октябрь 2023 год | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li><li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li><li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li><li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li><li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li><li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li><li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li></ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Развивать интерес к подвижным играм. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Развивать в играх физические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость и др.). Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.</p> <p><b>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</b><br/><b>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</b><br/><b>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</b><br/><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Необходимо поощрять игры детей с мячами, обручами, игрушками-двигателями, побуждать к использованию физкультурного инвентаря, оборудования, атрибутов для спортивных и подвижных игр. Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх. Регулировать физическую нагрузку на организм с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Создавать условия для двигательной деятельности детей на воздухе с учетом состояния погоды.</p> |

методист: Эльчинова И. И.  
8-1-

Перспективный план организованной деятельности на 2023\_\_ -  
2024\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа группа «Балдаурен»

Возраст детей - лет

На какой период составлен план ноябрь 2023 года

| Месяц           | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ноябрь 2023 год | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b><br/>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;<br/>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;<br/>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);<br/>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).<br/>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;<br/>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).<br/>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Продолжать знакомить с различными видами спорта. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди. Упражняться в ведении мяча правой и левой рукой;<br/>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.<br/>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.<br/>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Организовать пространство для многовариантных игр. Наличие картотеки игр, движений, упражнений.</p> |

четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч; ползать по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезать через несколько предметов подряд, пролезать в обруч разными способами, лазать по гимнастической стенке с изменением темпа и переходом от одной гимнастической стенки к другой.

**прыжки.** Прыгать на месте; с продвижением вперед на расстояние 3–4 метра, на двух ногах с мешочком, зажатым между колен; по прямой (расстояние 6 метров); на двух ногах между предметами (расстояние 4 метра); на правой и левой ноге поочередно между предметами (расстояние 3 метра); в высоту с места; 6–8 метров, из обруча в обруч на расстоянии 40 сантиметров на одной и на двух ногах, через длинную скакалку, через короткую скакалку, вращая ее вперед; перепрыгивать через шнуры, линии, попеременно на правой и левой ноге, вокруг себя, спрыгивать с высоты, запрыгивать на возвышение до 20 сантиметров;

**бросание, ловля, метание.** Бросать мяч вверх, через шнур и ловить двумя руками, одной рукой (правой и левой поочередно); прокатывать мяч между предметами, поставленными в ряд, бросать мяч о стену и ловить двумя руками; метать мешочки с песком, асыки в цель на расстояние 2–2,5 метра, перебрасывать мяч друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 1,5–2 метра), вести мяч между предметами двумя руками (расстояние 4 метра), бросать и ловить мяч двумя руками с продвижением вперед (расстояние 4–5 метров);

**построение, перестроение.** Строиться в колонну по одному, по два, по три, в шеренгу; перестроиться в колонну по двое, по трое; равнение в колонне на вытянутые руки вперед, в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны; повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком.

#### **Музыкально-ритмические упражнения.**

Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением.

#### **Спортивные упражнения:**

Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Продолжать знакомить с различными видами спорта. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

#### **Элементы спортивных игр:**

элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди. Упражняться в ведении мяча правой и левой рукой;

*Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.*

*Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.*

*День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.*

#### **Самостоятельная двигательная активность.**

Организовать пространство для многовариантных игр. Наличие картотеки игр, движений, упражнений.

методист: Ельсенова Л.А.  
8-1-

Перспективный план организованной деятельности на 2023 -  
2024 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа «Сказка»

Возраст детей 5-6 лет

На какой период составлен план ноябрь 2023 года

| Месяц           | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ноябрь 2023 год | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li><li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li><li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li><li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li><li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li><li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li><li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li></ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>плавание. Выполнять движения ногами вверх и вниз,</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.<br/>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.<br/>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.<br/>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх.</p> |

методист: Евсюнова Л.А.

Перспективный план организованной деятельности на 2023 -  
2024 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

ДТКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа старшая группа «Лучики»

Возраст детей 4-5 лет

На какой период составлен план ноябрь 2023 года

| Месяц           | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ноябрь 2023 год | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li><li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li><li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li><li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li><li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li><li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li><li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li></ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>плавание. Выполнять движения ногами вверх и вниз.</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.<br/><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх.</p> |

*методист, воспитатель и.п. Е.И.*

Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_ -  
20\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа средняя группа «Ягодка»

Возраст детей 3-4 лет

На какой период составлен план ноябрь 2023 года

| Месяц           | Организованная деятельность | Задачи организованной Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ноябрь 2023 год | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/> Упражнения для рук и плечевого пояса:<br/> поднимать и опускать руки вверх, вперед, в стороны (вместе или поочередно);<br/> перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой;<br/> хлопать руками перед собой или над головой, за спиной;<br/> вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами, сжимать и разжимать пальцы рук;<br/> Упражнения для туловища:<br/> передавать мяч друг другу над головой (назад и вперед), с поворотом в стороны (вправо-влево);<br/> поворачивать туловище влево, вправо (из положения сидя);<br/> поднимать и опускать ноги, двигать ногами (из положения лежа на спине);<br/> сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны (из положения лежа на животе);<br/> Упражнения для ног:<br/> подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону;<br/> приседать вытягивая руки вперед; обхватывая колени руками и наклоняя голову;<br/> поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях<br/> захватывать пальцами ног мешочки с песком сидя, ходить по палке, валику (диаметр 6-8 сантиметров) приставным шагом.</p> <p><b>Основные движения:</b><br/> Ходьба. Ходить обычно, на носках, с высоким подниманием колен, по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», врассыпную; ходить с выполнением заданий: взявшись за руки, держась за веревку, с остановкой, приседанием, поворотом, обходить предметы, с перешагиванием через предметы положенные на пол, медленно кружиться в обе стороны.<br/> Упражнения в равновесии. Ходить по наклонной доске (20-30 сантиметров), по веревке, по бревну боковым приставным шагом, сохраняя равновесие; по прямой дорожке, по дощечкам положенным на расстоянии 10 см. одна от другой, по ребристой доске;<br/> Бег. Бегать обычно, на носках, в колонне по одному, с одной стороны площадки на другую, в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», врассыпную; бегать с выполнением определенных заданий: с остановкой, бегать по сигналу в указанное место; бегать с изменением темпа: в быстром (до 10 - 20 метров), без остановки в медленном темпе (в течение 50-60 сек.);<br/> Катание, бросание, ловля. Бросать предметы на дальность правой и левой рукой (на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Катать мяч друг другу с расстояния 1,5-2 метра в положении сидя, ноги врозь, между предметами, в ворота. Бросать мяч вверх, вниз об пол (землю), ловить его.<br/> Ползание, лазанье: Ползать в прямом направлении на расстояние 4-6 метров, между предметами, вокруг них, по доске, положенной на пол, под веревку, дугу, высотой 40 см, по наклонному модулю, через туннель; лазать по лестнице, влезать на гимнастическую стенку и спускаться (высота 1,5 м);<br/> Прыжки. Прыгать на месте на двух ногах, с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра, из круга в круг, вокруг предметов и между ними, с высоты 15-20 см, с касанием подвешенного предмета рукой, вверх с места стоя, через линию, в длину с места на расстоянии не менее 40 см;<br/> Построение, перестроение. Построение друг за другом, рядом друг с другом, в круг (по зрительным ориентирам). Обучать умению находить свое место в строю, в круге с</p> |

|  |  |                                                                                  |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | небольшой группой и всей группой (с помощью педагога, по зрительным ориентирам); |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------|

**Музыкально-ритмические упражнения.**

Упражнения для рук и плечевого пояса:

**Спортивные упражнения:**

Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки;

**Самостоятельная двигательная активность.**

Поощрять самостоятельные игры с колясками, автомобилями, велосипедами, мячами, шарами.

методический материал  
8-1-

Перспективный план организованной деятельности на 2023\_\_ -  
2024\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КТКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа предшкольная группа «Цветочек»

Возраст детей 5-6 лет

На какой период составлен план ноябрь 2023 года

| Месяц           | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ноябрь 2023 год | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b></p> <p><i>Упражнения для рук и плечевого пояса.</i> Разводить руки в стороны из положения «руки перед грудью»; поднимать руки вверх и разводить в стороны из положения «руки за голову». Поднимать руки со сцепленными в «замок» пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх. Поднимать руки вверх-назад одновременно, попеременно.</p> <p><i>Упражнения для туловища.</i> Передавать друг другу мяч над головой (назад и вперед). Повороты вправо, влево, поднимая руки вперед. Наклоны вперед, прогибаясь, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поочередно поднимать согнутые и прямые ноги, прижавшись спиной к гимнастической стенке, держась руками за рейку на уровне бедер. Наклоны вперед, коснуться ладонями пола; поднимая за спиной сцепленные руки; в стороны с поднятыми вверх руками. Наклоны вперед сидя, стоя на коленях.</p> <p><i>Силовые упражнения.</i> Ходить на руках (один ребенок держит другого за ноги) 3-5 метров.</p> <p><i>Упражнения на пресс:</i> поднимать и опускать туловище лежа на спине, руки за голову, (в паре, один ребенок, сидя на ногах другого, придерживает его (5-6 раз); поднимать прямые ноги вперед (махом) виса на руках на гимнастической стенке (5-6 раз).</p> <p><i>Упражнения для спины:</i> перекатываться вперед-назад из положения сидя в группировке «качалка» (5-6 раз), выполнять упражнение с элементами стретчинга, ползать на животе с помощью рук (3 метра)</p> <p><i>Упражнения для ног:</i> Подниматься на носки. Переступать на месте без отрыва носков ног от опоры. Выполнять 2-3 полуприседаний подряд. Приседать, вынося руки вперед; опираясь руками о колени; обхватывая колени руками и пригибая голову. Выпад вперед, в сторону. Захватывание и перемещение пальцами ног мелких предметов.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p><i>ходьба.</i> Ходить в колонне по одному, по двое, по трое; на носках, на пятках, на внутренней и внешней стороне стоп; высоко поднимая согнутую в колене ногу; с перешагиванием через предметы, боком; с поворотом в другую сторону, с перешагиванием через скакалку, в разном темпе; с изменением положения рук; с остановкой по сигналу взрослого; изменением направления движения; враспынную; между предметами между кеглями, с перешагиванием через шнуры; приставными шагами вперед.</p> <p><i>равновесие.</i> Ходить с перешагиванием через предметы; по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках, по скамейке, перешагивая кубики; по канату боком, приставным шагом (пятки на канате, носки на полу), по скамейке с перекладыванием на каждый шаг вперед мяча из руки в руку перед собой или за спиной, по ребристой поверхности; по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка, кружение парами, держась за руки.</p> <p><i>бег.</i> Бегать враспынную, парами, в колонне по одному, по двое, высоко поднимая колени; «змейкой» между расставленными в одну линию предметами, с преодолением препятствий, с преодолением препятствий в естественных условиях, с разной скоростью - медленно, быстро, в среднем темпе непрерывный бег 1,5-2 минуты; на дистанцию 100-120 метров в чередовании с ходьбой; на скорость, пробегание отрезков (длина 20 метров) на скорость до обозначенного места;</p> <p><i>ползание, лазанье.</i> Ползать на четвереньках «змейкой» между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползать через препятствия; ползать на</p> |

методист: Васильева Л. Л.  
8-1-

Перспективный план организованной деятельности на 2023 -  
2024\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа старшая группа «Лучики»

Возраст детей 4-5 лет

На какой период составлен план декабрь 2023 года

| Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b><br/>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;<br/>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;<br/>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);<br/>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).<br/>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;<br/>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).<br/>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Прыжки на двух ногах из обруча в обруч</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.<br/><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх.</p> |

*методист: Васильева Л. И.*

Перспективный план организованной деятельности на 20 23 - 24 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа «Цветочек»

Возраст детей 5-6 лет

На какой период составлен план декабрь 2023 года

| Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li> <li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li> <li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li> <li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li> <li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li> <li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li> <li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li> </ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Прыжки на двух ногах из обруча в обруч</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.<br/>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.<br/>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.<br/>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх.</p> |

8-1-

Перспективный план организованной деятельности на 20 23 -  
20 24 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа средняя группа «Ягодка»

Возраст детей 3-4 лет

На какой период составлен план декабрь 2023 года

| Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Физическая культура</b>  | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b></p> <p>Упражнения для рук и плечевого пояса:<br/>поднимать и опускать руки вверх, вперед, в стороны (вместе или поочередно);<br/>перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой;<br/>хлопать руками перед собой или над головой, за спиной;<br/>вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами, сжимать и разжимать пальцы рук;</p> <p>Упражнения для туловища:<br/>передавать мяч друг другу над головой (назад и вперед), с поворотом в стороны (вправо-влево);<br/>поворачивать туловище влево, вправо (из положения сидя);<br/>поднимать и опускать ноги, двигать ногами (из положения лежа на спине);<br/>сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны (из положения лежа на животе);</p> <p>Упражнения для ног:<br/>подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону;<br/>приседать вытягивая руки вперед; обхватывая колени руками и наклоняя голову; поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях<br/>захватывать пальцами ног мешочки с песком сидя, ходить по палке, валику (диаметр 6–8 сантиметров) приставным шагом.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p>Ходьба. Ходить обычно, на носках, с высоким подниманием колен, по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», враспынную; ходить с выполнением заданных: взявшись за руки, держась за веревку, с остановкой, приседанием, поворотом, обходить предметы, с перешагиванием через предметы положенные на пол, медленно кружиться в обе стороны.</p> <p>Упражнения в равновесии. Ходить по наклонной доске (20-30 сантиметров), по веревке, по бревну боковым приставным шагом, сохраняя равновесие; по прямой дорожке, по дощечкам положенным на расстоянии 10 см. одна от другой, по ребристой доске;</p> <p>Бег. Бегать обычно, на носках, в колонне по одному, с одной стороны площадки на другую, в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», враспынную; бегать с выполнением определенных заданий: с остановкой, бегать по сигналу в указанное место; бегать с изменением темпа: в быстром (до 10 – 20 метров), без остановки в медленном темпе (в течение 50-60 сек.);</p> <p>Катание, бросание, ловля. Бросать предметы на дальность правой и левой рукой (на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Катать мяч друг другу с расстояния 1,5–2 метра в положении сидя, ноги врозь, между предметами, в ворота. Бросать мяч вверх, вниз об пол (землю), ловить его.</p> <p>Ползание, лазанье: Ползать в прямом направлении на расстояние 4–6 метров, между предметами, вокруг них, по доске, положенной на пол, под веревку, дугу, высотой 40 см, по наклонному модулю, через туннель; лазать по лестнице, влезать на гимнастическую стенку и спускаться (высота 1,5 м);</p> |

20

Прыжки. Прыгать на месте на двух ногах, с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра, из круга в круг, вокруг предметов и между ними, с высоты 15-20 см, с касанием подвешенного предмета рукой, вверх с места стоя, через линию, в длину с места на расстоянии не менее 40 см;

Построение, перестроение. Построение друг за другом, рядом друг с другом, в круг (по зрительным ориентирам). Обучать умению находить свое место в строю, в круге с небольшой группой и всей группой (с помощью педагога, по зрительным ориентирам);

**Музыкально-ритмические упражнения.**

Упражнения для рук и плечевого пояса:

**Спортивные упражнения:**

Равновесие ходьба по шнуру положенному по кругу спину и голову держать прямо и соблюдать дистанцию друг от друга

**Самостоятельная двигательная активность.**

Прыжки на двух ногах с мячом в руках на сигнал воспитателя присесть прокатить мяч от одной ноги к другой.

методист: Выходова Л.А.

2-1

Перспективный план организованной деятельности на 20 <sup>23</sup>/<sub>24</sub> учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа предшкольная группа «Сказка»

Возраст детей 5-6 лет

На какой период составлен план декабрь 2023 года

| Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b></p> <p><i>Упражнения для рук и плечевого пояса.</i> Разводить руки в стороны из положения «руки перед грудью»; поднимать руки вверх и разводить в стороны из положения «руки за голову». Поднимать руки со сцепленными в «замок» пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх. Поднимать руки вверх-назад одновременно, попеременно.</p> <p><i>Упражнения для туловища.</i> Передавать друг другу мяч над головой (назад и вперед). Повороты вправо, влево, поднимая руки вперед. Наклоны вперед, прогибаясь, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поочередно поднимать согнутые и прямые ноги, прижавшись спиной к гимнастической стенке, держась руками за рейку на уровне бедер. Наклоны вперед, коснуться ладонями пола; поднимая за спиной сцепленные руки; в стороны с поднятыми вверх руками. Наклоны вперед сидя, стоя на коленях.</p> <p><i>Силовые упражнения.</i> Ходить на руках (один ребенок держит другого за ноги) 3-5 метров.</p> <p><i>Упражнения на пресс:</i> поднимать и опускать туловище лежа на спине, руки за голову, (в паре, один ребенок, сидя на ногах другого, придерживает его (5-6 раз); поднимать прямые ноги вперед (махом) виса на руках на гимнастической стенке (5-6 раз).</p> <p><i>Упражнения для спины:</i> перекатываться вперед-назад из положения сидя в группировке «качалка» (5-6 раз), выполнять упражнение с элементами стретчинга, ползать на животе с помощью рук (3 метра)</p> <p><i>Упражнения для ног:</i> Подниматься на носки. Переступать на месте без отрыва носков ног от опоры. Выполнять 2-3 полуприседаний подряд. Приседать, вынося руки вперед; опираясь руками о колени; обхватывая колени руками и пригибая голову. Выпад вперед, в сторону. Захватывание и перемещение пальцами ног мелких предметов.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p><b>ходьба.</b> Ходить в колонне по одному, по двое, по трое; на носках, на пятках, на внутренней и внешней стороне стоп; высоко поднимая согнутую в колене ногу; с перешагиванием через предметы, боком; с поворотом в другую сторону, с перешагиванием через скакалку, в разном темпе; с изменением положения рук; с остановкой по сигналу взрослого; изменением направления движения; врассыпную; между предметами между кеглями, с перешагиванием через шнуры; приставными шагами вперед.</p> <p><b>равновесие.</b> Ходить с перешагиванием через предметы; по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках, по скамейке, перешагивая кубики; по канату боком, приставным шагом (пятки на канате, носки на полу), по скамейке с перекладыванием на каждый шаг вперед мяча из руки в руку перед собой или за спиной, по ребристой поверхности; по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка, кружение парами, держась за руки.</p> <p><b>бег.</b> Бегать врассыпную, парами, в колонне по одному, по двое, высоко поднимая колени; «змейкой» между расставленными в одну линию предметами, с преодолением препятствий, с преодолением препятствий в естественных условиях, с разной скоростью - медленно, быстро, в среднем темпе непрерывный бег 1,5-2 минуты; на дистанцию 100-120 метров в чередовании с ходьбой; на скорость, пробегание отрезков (длина 20 метров) на скорость до обозначенного места;</p> |

ползание, лазанье. Ползать на четвереньках «змейкой» между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползать через препятствия; ползать на четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч; ползать по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезать через несколько предметов подряд, пролезать в обруч разными способами, лазать по гимнастической стенке с изменением темпа и переходом от одной гимнастической стенки к другой.

прыжки. Прыгать на месте; с продвижением вперед на расстояние 3–4 метра, на двух ногах с мешочком, зажатым между колен; по прямой (расстояние 6 метров); на двух ногах между предметами (расстояние 4 метра); на правой и левой ноге поочередно между предметами (расстояние 3 метра); в высоту с места; 6–8 метров, из обруча в обруч на расстоянии 40 сантиметров на одной и на двух ногах через длинную скакалку, через короткую скакалку, вращая ее вперед перепрыгивать через шнуры, линии, попеременно на правой и левой ноге, вокруг себя, спрыгивать с высоты, запрыгивать на возвышение до 20 сантиметров;

бросание, ловля, метание. Бросать мяч вверх, через шнур и ловить двумя руками, одной рукой (правой и левой поочередно); прокатывать мяч между предметами, поставленными в ряд, бросать мяч о стену и ловить двумя руками метать мешочки с песком, асыки в цель на расстояние 2–2,5 метра, перебрасывать мяч друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 1,5–2 метра), вести мяч между предметами двумя руками (расстояние 4 метра), бросать и ловить мяч двумя руками с продвижением вперед (расстояние 4–5 метров);

построение, перестроение. Строиться в колонну по одному, по два, по три в шеренгу; перестроиться в колонну по двое, по трое; равнение в колонне на вытянутые руки вперед, в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком.

#### **Музыкально-ритмические упражнения.**

Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением.

#### **Спортивные упражнения:**

Прыжки через пучки правым и левым боком, на двух ногах с продвижением.

#### **Элементы спортивных игр:**

элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками о груди. Упражняться в ведении мяча правой и левой рукой;

*Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.*

*Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 4 минут.*

*День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.*

#### **Самостоятельная двигательная активность.**

Организовать пространство для многовариантных игр. Наличие картотеки игр, движений, упражнений.

методист: Ельсенова Л.А.  
Е-1-

Перспективный план организованной деятельности на 20 23 -  
20 24 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа группа «Балдаурен»

Возраст детей - лет

На какой период составлен план декабрь 2023 года

| Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li><li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li><li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li><li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li><li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li><li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li><li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li></ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Пырыжки через пуфики правым и левым боком, на двух ногах с продвижением.</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди. Упражняться в ведении мяча правой и левой рукой;<br/><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Организовать пространство для многовариантных игр. Наличие картотеки игр, движений, упражнений.</p> |

методист: Васькина Л. Н.  
8-1-

Перспективный план организованной деятельности на 20 23 -  
20 24 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа старшая группа «Лучики»  
Возраст детей 4-5 лет  
На какой период составлен план январь 2024 года

| Месяц | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;<br/>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;<br/>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);<br/>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).<br/>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;<br/>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).<br/>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки;</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Развивать в играх физические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость и др.).</p> <p><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Регулировать физическую нагрузку на организм с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.</p> |

Перспективный план организованной деятельности на 20 23-  
20 24 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

«Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа старшая группа «Цветочек»

Возраст детей 5-6 лет

На какой период составлен план январь 2024-года

| Месяц | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | <b>Физическая культура</b>  | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li> <li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li> <li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li> <li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li> <li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li> <li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li> <li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li> </ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки;</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Развивать в играх физические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость и др.).</p> <p><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Регулировать физическую нагрузку на организм с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.</p> |

*методист*

*Е.И.*

Перспективный план организованной деятельности на 20 23 -  
20 24 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

ДН «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

группа средняя группа «Ягодка»

возраст детей 3-4 лет

учебный период составлен план январь 2024-года

| Месін<br>Организованная<br>деятельность | Задачи организованной<br>деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Физическая<br>культура                  | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b></p> <p>Упражнения для рук и плечевого пояса:<br/>поднимать и опускать руки вверх, вперед, в стороны (вместе или поочередно);<br/>перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой;<br/>хлопать руками перед собой или над головой, за спиной;<br/>вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами, сжимать и разжимать пальцы рук;</p> <p>Упражнения для туловища:<br/>передавать мяч друг другу над головой (назад и вперед), с поворотом в стороны (вправо-влево);<br/>поворачивать туловище влево, вправо (из положения сидя);<br/>поднимать и опускать ноги, двигать ногами (из положения лежа на спине);<br/>сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны (из положения лежа на животе);</p> <p>Упражнения для ног:<br/>подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону;<br/>приседать вытягивая руки вперед; обхватывая колени руками и наклоняя голову; поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях захватывать пальцами ног мешочки с песком сидя, ходить по палке, валику (диаметр 6-8 сантиметров) приставным шагом.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p>Ходьба. Ходить обычно, на носках, с высоким подниманием колен, по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», враспынную; ходить с выполнением заданий: взявшись за руки, держась за веревку, с остановкой, приседанием, поворотом, обходить предметы, с перешагиванием через предметы положенные на пол, медленно кружиться в обе стороны.</p> <p>Упражнения в равновесии. Ходить по наклонной доске (20-30 сантиметров), по веревке, по бревну боковым приставным шагом, сохраняя равновесие; по прямой дорожке, по дощечкам положенным на расстоянии 10 см. одна от другой, по ребристой доске;</p> <p>Бег. Бегать обычно, на носках, в колонне по одному, с одной стороны площадки на другую, в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», враспынную; бегать с выполнением определенных заданий: с остановкой, бегать по сигналу в указанное место; бегать с изменением темпа: в быстром (до 10 - 20 метров), без остановки в медленном темпе (в течение 50-60 сек.);</p> <p>Катание, бросание, ловля. Бросать предметы на дальность правой и левой рукой (на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Катать мяч друг другу с расстояния 1,5-2 метра в положении сидя, ноги врозь, между предметами, в ворота. Бросать мяч вверх, вниз об пол (землю), ловить его.</p> <p>Ползание, лазанье: Ползать в прямом направлении на расстояние 4-6 метров, между предметами, вокруг них, по доске, положенной на пол, под веревку, дугу, высотой 40 см, по наклонному модулю, через туннель; лазать по</p> |

лестнице, влезать на гимнастическую стенку и спускаться (высота 1,5 м);

Прыжки. Прыгать на месте на двух ногах, с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра, из круга в круг, вокруг предметов и между ними, с высоты 15-20 см, с касанием подвешенного предмета рукой, вверх с места стоя, через линию, в длину с места на расстоянии не менее 40 см;

Построение, перестроение. Построение друг за другом, рядом друг с другом, в круг (по зрительным ориентирам). Обучать умению находить свое место в строю, в круге с небольшой группой и всей группой (с помощью педагога, по зрительным ориентирам);

**Музыкально-ритмические упражнения.**

Выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.

**Спортивные упражнения:**

Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки;

**- Самостоятельная двигательная активность.**

Развивать навыки лазания, ползания; упражнять ловкость и быстроту в выразительном выполнении движений.

## B

На какой период составлен план январь 2024 года

32

ползание, лазание. Ползать на четвереньках «змейкой» между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползать через препятствия; ползать на четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч; ползать по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезать через несколько предметов подряд, пролезать в обруч разными способами, лазать по гимнастической стенке с изменением темпа и переходом от одной гимнастической стенки к другой.

прыжки. Прыгать на месте; с продвижением вперед на расстояние 3–4 метра, на двух ногах с мешочком, зажатым между колен; по прямой (расстояние 6 метров); на двух ногах между предметами (расстояние 4 метра); на правой и левой ноге поочередно между предметами (расстояние 3 метра); в высоту с места: 6–8 метров, из обруча в обруч на расстоянии 40 сантиметров на одной и на двух ногах, через длинную скакалку, через короткую скакалку, вращая ее вперед; перепрыгивать через шнуры, линии, попеременно на правой и левой ноге, вокруг себя, спрыгивать с высоты, запрыгивать на возвышение до 20 сантиметров;

бросание, ловля, метание. Бросать мяч вверх, через шнур и ловить двумя руками, одной рукой (правой и левой поочередно); прокатывать мяч между предметами, поставленными в ряд, бросать мяч о стену и ловить двумя руками; метать мешочки с песком, асыки в цель на расстояние 2–2,5 метра, перебрасывать мяч друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 1,5–2 метра), вести мяч между предметами двумя руками (расстояние 4 метра), бросать и ловить мяч двумя руками с продвижением вперед (расстояние 4–5 метров);

построение, перестроение. Строиться в колонну по одному, по два, по три, в шеренгу; перестроиться в колонну по двое, по трое; равнение в колонне на вытянутые руки вперед, в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны; повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком.

#### **Музыкально-ритмические упражнения.**

Шагать прямо. Движение парами по кругу.

#### **Спортивные упражнения:**

Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Продолжать знакомить с различными видами спорта.

ходьба на лыжах. Передвигаться переменным шагом друг за другом, скользить на левой и правой ноге. Делать повороты переступанием на месте вправо и влево, вокруг в обе стороны;

#### **Элементы спортивных игр:**

Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота;

*Физкультурный досуг: 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.*

*Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.*

*День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.*

#### **Самостоятельная двигательная активность.**

В зимнее время года – создать условия для скольжения по ледяным дорожкам, ходьбы на лыжах, игры в хоккей, катания на санках, а в теплый период года – для катания на велосипеде, игры в футбол, бадминтон, баскетбол. Наличие на участке дорожки препятствий.

методист: Берсенова Л.А.

Перспективный план организованной деятельности на 20 23 -  
20 24 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа группа «Балдаурен»  
Возраст детей - лет  
На какой период составлен план январь 2024 года

| Месии | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;<br/>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;<br/>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);<br/>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).<br/>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;<br/>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).<br/>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Шагать прямо. Движение парами по кругу.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Продолжать знакомить с различными видами спорта.<br/>ходьба на лыжах. Передвигаться переменным шагом друг за другом, скользить на левой и правой ноге. Делать повороты переступанием на месте вправо и влево, вокруг в обе стороны;</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота;<br/>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.<br/>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.<br/>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>В зимнее время года – создать условия для скольжения по ледяным дорожкам, ходьбы на лыжах, игры в хоккей, катания на санках, а в теплый период года – для катания на велосипеде, игры в футбол, бадминтон, баскетбол. Наличие на участке дорожки препятствий</p> |

методист: Васькова Л. А.  
2-1

Перспективный план организованной деятельности на 20\_23\_ -  
20\_24\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа группа «Балдаурен»

Возраст детей - лет

На какой период составлен план февраль 2024 года

| Месяц        | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Февраль 2024 | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Закладывание рук за голову, разводя их в стороны и опуская, поднятие рук через стороны вверх; поднятие палки (обруча) вверх, опускание за плечи; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистей рук из исходного положения руки вперед, в стороны. Приподнимание ног над полом в упоре сидя, сгибание и выпрямление, опускание их на пол, поднятие и опускание прямых ног, одновременно сгибая и разгибая их, перевороты со спины на живот, держа в вытянутых вверх руках предмет, приподнимание вытянутых вперед рук, лежа на животе.</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнение знакомых физических упражнений в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Продолжать знакомить с различными видами спорта.<br/>ходьба на лыжах. Передвигаться переменным шагом друг за другом, скользить на левой и правой ноге. Делать повороты переступанием на месте вправо и влево, вокруг в обе стороны;</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>футбол. Прокатывание мяча в заданном направлении. Умение передавать мяч ногой друг другу</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>В зимнее время года – создать условия для скольжения по ледяным дорожкам, ходьбы на лыжах, игры в хоккей, катания на санках, а в теплый период года – для катания на велосипеде, игры в футбол, бадминтон, баскетбол. Наличие на участке дорожки препятствий</p> |

методист: Выходова Л. Н.  
8-1-

Перспективный план организованной деятельности на 2023\_\_ -  
2024\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

ДОО «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

форма: дошкольная группа «Сказка»

возраст детей: 5-6 лет

в какой период составлен план: февраль 2024 года

| Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вверх, вытягивание рук вперед, разведение в стороны, перекладывание предмета из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой, хлопки перед собой, над головой, за спиной. Передача друг другу мяча над головой (назад и вперед), поднимание одновременно обе ноги вверх, двигать ногами, имитируя езду на велосипеде из положения лежа на спине</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p>1) ходьба. Формирование навыков ходьбы приставным шагом вперед, приставным шагом назад, с высоким подниманием колен;</p> <p>2) бег. Формирование навыков бега в разных направлениях, в быстром (до 10 – 20 метров), непрерывно в медленном темпе (в течение 50-60 сек.);</p> <p>3) прыжки. Формирование навыков прыжков с ноги на ногу, прямой галоп, подпрыгивание на двух ногах (ноги вместе – ноги врозь), в глубину (с высоты 15–20 сантиметров);</p> <p>4) метание, бросание, ловля. Формирование навыков метания в горизонтальную цель, вдаль, метание в вертикальную цель правой и левой рукой, бросание мяча на расстоянии 1-1,5 метра, большого мяча двумя руками через веревку, сетку;</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b></p> <p>1) кегли. Бросание мяча, занимая правильное исходное положение. Выбивание кегли с расстояния 1,5 - 2 метра;</p> <p>2) футбол. Прокатывание мяча в заданном направлении. Умение передавать мяч ногой друг другу;</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Развивать навыки лазания, ползания; упражнять ловкость и быстроту в выразительном выполнении движений.</p> |

методист: Емельникова Л. Н.  
Е. Н.

Перспективный план организованной деятельности на 2023\_\_ -  
2024\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа средняя группа «Ягодка»

Возраст детей 3-4 лет

На какой период составлен план февраль 2024-года

| Месяц | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вверх, вытягивание рук вперед, разведение в стороны, переключивание предмета из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой, хлопки перед собой, над головой, за спиной. Передача друг другу мяча над головой (назад и вперед), поднимание одновременно обе ноги вверх, двигать ногами, имитируя езду на велосипеде из положения лежа на спине</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p>1) ходьба. Формирование навыков ходьбы приставным шагом вперед, приставным шагом назад, с высоким подниманием колен;</p> <p>2) бег. Формирование навыков бега в разных направлениях, в быстром (до 10 – 20 метров), непрерывно в медленном темпе (в течение 50-60 сек.);</p> <p>3) прыжки. Формирование навыков прыжков с ноги на ногу, прямой галоп, подпрыгивание на двух ногах (ноги вместе – ноги врозь), в глубину (с высоты 15–20 сантиметров);</p> <p>4) метание, бросание, ловля. Формирование навыков метания в горизонтальную цель, вдаль, метание в вертикальную цель правой и левой рукой, бросание мяча на расстоянии 1-1,5 метра, большого мяча двумя руками через веревку, сетку;</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки;</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Развивать навыки лазания, ползания; упражнять ловкость и быстроту в выразительном выполнении движений.</p> |

методист: Васькина Л.А.

Перспективный план организованной деятельности на 2023 - 2024 учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного воспитания и обучения

МБДОУ «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа старшая группа «Цветочек»  
Возраст детей 5-6 лет  
На какой период составлен план февраль 2024-года

| Месін | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b><br/>Перекалывание предмета из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой, хлопок перед собой и руки за спину, вращение кистями рук, сжатие и разжимание пальцев рук.</p> <p>Сидя, повернуться и положить предмет позади себя, повернуться, взять предмет, лежа на спине: подъем ног вверх, движения ногами, как при езде на велосипеде, перевороты со спины на живот и обратно, прогибание и приподнимание плеч, разведение рук в стороны.</p> <p>Ходьба на руках (один ребенок держит другого за ноги) 6 метров, упражнения в паре, руки за голову, лежа на спине, один ребенок, сидя на ногах другого, придерживает его (7-10 раз) на гимнастической стенке, вис на руках, ноги вместе, махи ногами (7-10 раз), перекаты вперед-назад из положения сидя в группировке "качалка" (7-10 раз), ползание на животе с помощью рук (5 метров).</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Шаг прямого галопа. Движение парами по кругу. Перестроение с расхождением и схождением в пары. Приставной шаг с приседанием "пружинка" с наклоном головы в стороны, движение рук вместе.</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Развивать в играх физические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость и др.).</p> <p>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</p> <p>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</p> <p>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Регулировать физическую нагрузку на организм с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.</p> |

методист: Елизарова Л. Н.  
8-1-

Перспективный план организованной деятельности на 2023\_\_ -  
2024\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения

ДТКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Ридлеру Управления образования ВКО

Группа старшая группа «Лучики»  
Возраст детей 4-5 лет  
На какой период составлен план февраль 2024 года

| Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b></p> <p>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</p> <p>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</p> <p>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</p> <p>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</p> <p>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередуясь шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</p> <p>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</p> <p>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b></p> <p>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b></p> <p>Развивать в играх физические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость и др.).</p> <p><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i></p> <p><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i></p> <p><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b></p> <p>Регулировать физическую нагрузку на организм с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.</p> |

**Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_ -  
20\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения**

**МБДОУ «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО**

Группа группа «Балдаурен»

Возраст детей    - лет

На какой период составлен план   март 2024 года  

| Организованная деятельность | Задачи организованной Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Физическая культура</b>  | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li> <li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li> <li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li> <li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li> <li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li> <li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li> <li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li> </ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Стоя на коленях, садиться на пол на правый и левый бок</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Учить отбивать мяч о пол одной рукой несколько раз подряд и ловля двумя руками</p> <p><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх.</p> |

**Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_ -  
20\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения**

ГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

группа предшкольная группа «Сказка»  
возраст детей 5-6 лет  
в какой период составлен план март 2024 года

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| организованная<br>деятельность | Задачи организованной<br>деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| физическая<br>культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b><br/>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;<br/>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;<br/>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);<br/>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).<br/>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;<br/>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).<br/>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Стоя на коленях, садиться на пол на правый и левый бок</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Учить отбивать мяч о пол одной рукой несколько раз подряд и ловля двумя руками</p> <p><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх.</p> |

**Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_ -  
20\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения**

**КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО**

Группа средняя группа «Ягодка»

Возраст детей 3-4 лет

На какой период составлен план март 2024 года

| Организованная деятельность | Задачи организованной Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b></p> <p>Упражнения для рук и плечевого пояса:<br/>поднимать и опускать руки вверх, вперед, в стороны (вместе или поочередно);<br/>перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой;<br/>хлопать руками перед собой или над головой, за спиной;<br/>вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами, сжимать и разжимать пальцы рук;</p> <p>Упражнения для туловища:<br/>передавать мяч друг другу над головой (назад и вперед), с поворотом в стороны (вправо-влево);<br/>поворачивать туловище влево, вправо (из положения сидя);<br/>поднимать и опускать ноги, двигать ногами (из положения лежа на спине);<br/>сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны (из положения лежа на животе);</p> <p>Упражнения для ног:<br/>подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону;<br/>приседать вытягивая руки вперед; обхватывая колени руками и наклоняя голову; поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях<br/>захватывать пальцами ног мешочки с песком сидя, ходить по палке, валику (диаметр 6-8 сантиметров) приставным шагом.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p>Ходьба. Ходить обычно, на носках, с высоким подниманием колен, по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», врассыпную; ходить с выполнением заданий: взявшись за руки, держась за веревку, с остановкой, приседанием, поворотом, обходить предметы, с перешагиванием через предметы положенные на пол, медленно кружиться в обе стороны.</p> <p>Упражнения в равновесии. Ходить по наклонной доске (20-30 сантиметров), по веревке, по бревну боковым приставным шагом, сохраняя равновесие; по прямой дорожке, по дощечкам положенным на расстоянии 10 см. одна от другой, по ребристой доске;</p> <p>Бег. Бегать обычно, на носках, в колонне по одному, с одной стороны площадки на другую, в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», врассыпную; бегать с выполнением определенных заданий: с остановки, бегать по сигналу в указанное место; бегать с изменением темпа: в быстром (до 10 - 20 метров), без остановки в медленном темпе (в течение 50-60 сек.);</p> <p>Катание, бросание, ловля. Бросать предметы на дальность правой и левой рукой (на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Катать мяч друг другу с расстояния 1,5-2 метра в положении сидя, ноги врозь, между предметами, в ворота. Бросать мяч вверх, вниз об пол (землю), ловить его.</p> <p>Ползание, лазанье: Ползать в прямом направлении на расстояние 4-6 метров, между предметами, вокруг них, по доске, положенной на пол, под веревку, дугу, высотой 40 см, по наклонному модулю, через туннель; лазать по лестнице, влезать на гимнастическую стенку и спускаться (высота 1,5 м);</p> <p>Прыжки. Прыгать на месте на двух ногах, с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра, из круга в круг, вокруг предметов и между ними, с высоты 15-20 см, с касанием подвешенного предмета рукой, вверх с места стоя, через линию, в длину с места на расстоянии не менее 40 см;</p> <p>Построение, перестроение. Построение друг за другом, рядом друг с другом, в круг (по зрительным ориентирам). Обучать умению находить свое место в строю, в круге с небольшой группой и всей группой (с помощью педагога, по зрительным ориентирам);</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b></p> <p>Развивать выразительность выполнения легких прыжков, мягкого пружинного шага.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b></p> <p>Поддержание интереса к самостоятельной двигательной деятельности, к использованию имеющегося физкультурного оборудования и инвентаря. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b></p> <p>Прыжки на двух ногах с мячом в руках на сигнал воспитателя присесть прокатить мяч от одной ноги к другой. Метание в вертикальную цель с расстояния 2 м</p> |

**Перспективный план организованной деятельности на 20\_23\_ -  
20\_24\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения**

**КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО**

Группа старшая группа «Лучики»

Возраст детей 4-5 лет

На какой период составлен план март 2024 года

| Организованная деятельность | Задачи организованной Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li> <li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li> <li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li> <li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li> <li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li> <li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li> <li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li> </ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Стоя на коленях, садиться на пол на правый и левый бок</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Учить отбивать мяч о пол одной рукой несколько раз подряд и ловля двумя руками</p> <p><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх.</p> |

**Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_ -  
20\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения**

КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа старшая группа «Цветочек»

Возраст детей 5-6 лет

На какой период составлен план март 2024 года

| Организованная деятельность | Задачи организованной Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li> <li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li> <li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li> <li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li> <li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом. переход с пролета на пролет вправо, влево;</li> <li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li> <li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li> </ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Метать мяч правой, левой рукой в вертикальную цель с расстояния 3 м<br/>Прыгать в длину с места<br/><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>элементы пинеорбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди. Упражняться в бросании мяча правой и левой рукой;</p> <p><i>Физкультурный досуг: 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Организовать пространство для многовариантных игр. Наличие картотеки игр, движений, упражнений.</p> |

**Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_ -  
20\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения**

**КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО**

Группа группа «Балдаурен»

Возраст детей - лет

На какой период составлен план Апрель 2024 года

| Месяц | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | <b>Физическая культура</b>  | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li> <li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li> <li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li> <li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li> <li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li> <li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30–35 сантиметров).</li> <li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li> </ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>катание на велосипеде, самокате. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах, на самокате. Выполнять повороты вправо, влево;</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Кегли. Бросание мяча, занимая правильное исходное положение. Выбивание кегли с расстояния 1,5 - 2 метра;<br/><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Необходимо поощрять игры детей с мячами, обручами, игрушками-двигателями, побуждать к использованию физкультурного инвентаря, оборудования, атрибутов для спортивных и подвижных игр. Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх. Регулировать физическую нагрузку на организм с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Создавать условия для двигательной деятельности детей на воздухе с учетом состояния погоды.</p> <p><b>Оздоровительно-закаливающие процедуры.</b><br/>Закаливание носоглотки, босохождение.</p> <p><b>Культурно-гигиенические навыки:</b><br/>Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом. Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком.</p> |

**Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_ -  
20\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения**

**КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Ридлеру Управления образования ВКО**

Группа предшкольная группа «Сказка»

Возраст детей 5-6 лет

На какой период составлен план октябрь 2024 года

| Месяц | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b></p> <p><i>Упражнения для рук и плечевого пояса.</i> Разводить руки в стороны из положения «руки перед грудью»; поднимать руки вверх и разводить в стороны из положения «руки за голову». Поднимать руки со сцепленными в «замок» пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх. Поднимать руки вверх-назад одновременно, попеременно.</p> <p><i>Упражнения для туловища.</i> Передавать друг другу мяч над головой (назад и вперед). Повороты вправо, влево, поднимая руки вперед. Наклоны вперед, прогибаясь, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поочередно поднимать согнутые и прямые ноги, прижавшись спиной к гимнастической стенке, держась руками за рейку на уровне бедер. Наклоны вперед, коснуться ладонями пола; поднимая за спиной сцепленные руки: в стороны с поднятыми вверх руками. Наклоны вперед сидя, стоя на коленях.</p> <p><i>Силовые упражнения.</i> Ходить на руках (один ребенок держит другого за ноги) 3-5 метров.</p> <p><i>Упражнения на пресс:</i> поднимать и опускать туловище лежа на спине, руки за голову, (в паре, один ребенок, сидя на ногах другого, придерживает его (5-6 раз); поднимать прямые ноги вперед (махом) виса на руках на гимнастической стенке (5-6 раз).</p> <p><i>Упражнения для спины:</i> перекатываться вперед-назад из положения сидя в группировке «качалка» (5-6 раз), выполнять упражнение с элементами стретчинга, ползать на животе с помощью рук (3 метра)</p> <p><i>Упражнения для ног:</i> Подниматься на носки. Переступать на месте без отрыва носков ног от опоры. Выполнять 2-3 полуприседаний подряд. Приседать, вынося руки вперед; опираясь руками о колени; обхватывая колени руками и пригибая голову. Выпад вперед, в сторону. Захватывание и перемещение пальцами ног мелких предметов.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p><i>ходьба.</i> Ходить в колонне по одному, по двое, по трое; на носках, на пятках, на внутренней и внешней стороне стоп; высоко поднимая согнутую в колене ногу; с перешагиванием через предметы, боком; с поворотом в другую сторону, с перешагиванием через скакалку, в разном темпе; с изменением положения рук; с остановкой по сигналу взрослого; изменением направления движения; врассыпную; между предметами между кеглями, с перешагиванием через шнуры; приставными шагами вперед.</p> <p><i>равновесие.</i> Ходить с перешагиванием через предметы; по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках, по скамейке, перешагивая кубики; по канату боком, приставным шагом (пятки на канате, носки на полу), по скамейке с перекладыванием на каждый шаг вперед мяча из руки в руку перед собой или за спиной, по ребристой поверхности; по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка, кружение парами, держась за руки.</p> <p><i>бег.</i> Бегать врассыпную, парами, в колонне по одному, по двое, высоко поднимая колени; «змейкой» между расставленными в одну линию предметами, с преодолением препятствий, с преодолением препятствий в естественных условиях, с разной скоростью - медленно, быстро, в среднем темпе непрерывный бег 1,5-2 минуты; на дистанцию 100-120 метров в чередовании с ходьбой; на скорость, пробегание отрезков (длина 20 метров) на скорость до обозначенного места;</p> <p><i>ползание, лазанье.</i> Ползать на четвереньках «змейкой» между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползать через препятствия; ползать на</p> |

четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч; ползать по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезать через несколько предметов подряд, пролезать в обруч разными способами, лазать по гимнастической стенке с изменением темпа и переходом от одной гимнастической стенки к другой.

прыжки. Прыгать на месте; с продвижением вперед на расстояние метра, на двух ногах с мешочком, зажатым между колен; по прямой (расстояние 3–4 метра); на двух ногах между предметами (расстояние 4 метра); на правой и левой ноге поочередно между предметами (расстояние 3 метра); в высоту с места; из обруча в обруч на расстоянии 40 сантиметров на одной и на двух ногах; через длинную скакалку, через короткую скакалку, вращая ее в обе руки; перепрыгивать через шнуры, линии, попеременно на правой и левой ноге, во время прыжка; прыгать с высоты, запрыгивать на возвышение до 20 сантиметров; бросание, ловля, метание.

Бросать мяч вверх, через шнур и ловить двумя руками, одной рукой (правой и левой поочередно); прокатывать мяч между предметами, поставленными в ряд, бросать мяч о стену и ловить двумя руками; метать мешочки с песком, асыки в цель на расстоянии 2–2,5 метра, перебрасывать мяч друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 1,5–2 метра) построением. Строиться в колонну по одному, по два, по три, в шеренгу, в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны; повороты на месте, влево, кругом переступанием и прыжком.

#### Музыкально-ритмические упражнения.

Выполнять красиво и грациозно знакомые физические упражнения под музыку. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Движения парами по кругу.

#### Спортивные упражнения:

Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Продолжать знакомить с различными видами спорта. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Выполнять повороты вправо и влево;

#### Элементы спортивных игр:

элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками над головой. Упражняться в ведении мяча правой и левой рукой;

бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону;

элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Водить мяч вокруг предметов. Закатывать мяч в ворота. Бросать мяч о стену несколько раз, подряд;

*Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.*

*Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью 30 минут.*

*День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.*

#### Самостоятельная двигательная активность.

Создавать двигательную среду, насыщенную различными видами спортивного инвентаря, способствующими развитию игры.

Организовать пространство для многовариантных игр. Наличие игр, движений, упражнений.

Формировать навыки организации соревнований со сверстниками и подчинения их правилам.

Создать условия для самостоятельной организации детьми игр, совершенствовать усвоенные двигательные умения и навыки прогулки. Уметь правильно оборудовать место прогулки.

Наличие на участке дорожки препятствий.

**Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_ -  
20\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения**

**КГКП «Ясно-сл. № 38 «Восточка»** отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

Группа старшая группа «Лучики»

Возраст детей 4-5 лет

На какой период составлен план апрель 2024 года

| Месяц | Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | <b>Физическая культура</b>  | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li> <li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li> <li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li> <li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li> <li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li> <li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li> <li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li> </ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Развивать интерес к подвижным играм. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Развивать в играх физические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость и др.). Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.</p> <p><b>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</b><br/><b>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</b><br/><b>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</b><br/><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Необходимо поощрять игры детей с мячами, обручами, игрушками-двигателями, побуждать к использованию физкультурного инвентаря, оборудования, атрибутов для спортивных и подвижных игр. Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх. Регулировать физическую нагрузку на организм с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Создавать условия для двигательной деятельности детей на воздухе с учетом состояния погоды.</p> |

**Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_ -  
20\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения**

**КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО**

Группа старшая группа «Цветочек»  
Возраст детей 5-6 лет  
На какой период составлен план Апрель 2024 года

| Месяц | Организованная деятельность | Задачи организованной Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</p> <p>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</p> <p>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</p> <p>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</p> <p>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</p> <p>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30–35 сантиметров).</p> <p>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Развивать интерес к подвижным играм. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Развивать в играх физические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость и др.). Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.</p> <p><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Необходимо поощрять игры детей с мячами, обручами, игрушками-двигателями, побуждать к использованию физкультурного инвентаря, оборудования, атрибутов для спортивных и подвижных игр. Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх. Регулировать физическую нагрузку на организм с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Создавать условия для двигательной деятельности детей на воздухе с учетом состояния погоды.</p> |

**Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_ -  
20\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения**

**КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Ридеру Управления образования ВКО**

Группа средняя группа «Ягодка»

Возраст детей 3-4 лет

На какой период составлен план Апрель 2024 года

| Организованная деятельность | Задачи организованной Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b></p> <p>Упражнения для рук и плечевого пояса:<br/>поднимать и опускать руки вверх, вперед, в стороны (вместе или поочередно);<br/>перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой;<br/>хлопать руками перед собой или над головой, за спиной;<br/>вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами, сжимать и разжимать пальцы рук;</p> <p>Упражнения для туловища:<br/>передавать мяч друг другу над головой (назад и вперед), с поворотом в стороны (вправо-влево);<br/>поворачивать туловище влево, вправо (из положения сидя);<br/>поднимать и опускать ноги, двигать ногами (из положения лежа на спине);<br/>сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны (из положения лежа на животе);</p> <p>Упражнения для ног:<br/>подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону;<br/>приседать вытягивая руки вперед; обхватывая колени руками и наклоняя голову;<br/>поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях<br/>захватывать пальцами ног мешочки с песком сидя, ходить по палке, валику (диаметр 6–8 сантиметров) приставным шагом.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p>Ходьба. Ходить обычно, на носках, с высоким подниманием колен, по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», врассыпную; ходить с выполнением заданий: взявшись за руки, держась за веревку, с остановкой, приседанием, поворотом. Упражнения в равновесии. Ходить по наклонной доске (20-30 сантиметров), по веревке, по бревну боковым приставным шагом, сохраняя равновесие; по прямой дорожке, по дощечкам положенным на расстоянии 10 см. одна от другой, по ребристой доске;</p> <p>Бег. Бегать обычно, на носках, в колонне по одному, с одной стороны площадки на другую, в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», врассыпную; бегать с выполнением определенных заданий: с остановкой, бегать по сигналу в указанное место; бегать с изменением темпа: в быстром (до 10 – 20 метров), без остановки в медленном темпе (в течение 50-60 сек.);</p> <p>Катание, бросание, ловля. Бросать предметы на дальность правой и левой рукой (на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м).</p> <p>Ползание, лазанье: Ползать в прямом направлении на расстояние 4–6 метров, между предметами, вокруг них, по доске, положенной на пол, под веревку, дугу, высотой 40 см, по наклонному модулю, через туннель; лазать по лестнице, влезать на гимнастическую стенку и спускаться (высота 1,5 м);</p> <p>Прыжки. Прыгать на месте на двух ногах, с продвижением вперед расстояние 2-3 метра, из круга в круг, вокруг предметов и между ними, с высоты 15-20 см, с касанием подвешенного предмета рукой, вверх с места стоя, через линию, в длину с места на расстоянии не менее 40 см;</p> <p>Построение, перестроение. Построение друг за другом, рядом друг с другом, в круг (по зрительным ориентирам).</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Развивать самостоятельность, активность и творчество детей в процессе выполнении движений. Поощрять самостоятельные игры с колясками, автомобилями, велосипедами, мячами, шарами.</p> |

**Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_ -  
20\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения**

**КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО**

Группа предшкольная группа «Сказка»

Возраст детей 5-6 лет

На какой период составлен план Май 2024 года

| Организованная деятельность | Задачи организованной Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                             | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b></p> <p><i>Упражнения для рук и плечевого пояса.</i> Разводить руки в стороны из положения «руки перед грудью»; поднимать руки вверх и разводить в стороны из положения «руки за голову». Поднимать руки со сцепленными в «замок» пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх. Поднимать руки вверх-назад одновременно, попеременно.</p> <p><i>Упражнения для туловища.</i> Передавать друг другу мяч над головой (назад и вперед). Повороты вправо, влево, поднимая руки вперед. Наклоны вперед, прогибаясь, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поочередно поднимать согнутые и прямые ноги, прижавшись спиной к гимнастической стенке, держась руками за рейку на уровне бедер. Наклоны вперед, коснуться ладонями пола; поднимая за спиной сцепленные руки; в стороны с поднятыми вверх руками. Наклоны вперед сидя, стоя на коленях.</p> <p><i>Силовые упражнения.</i> Ходить на руках (один ребенок держит другого за ноги) 3-5 метров.</p> <p><i>Упражнения на пресс:</i> поднимать и опускать туловище лежа на спине, руки за голову, (в паре, один ребенок, сидя на ногах другого, придерживает его (5-6 раз); поднимать прямые ноги вперед (махом) виса на руках на гимнастической стенке (5-6 раз).</p> <p><i>Упражнения для спины:</i> перекатываться вперед-назад из положения сидя в группировке «качалка» (5-6 раз), выполнять упражнение с элементами стретчинга, ползать на животе с помощью рук (3 метра)</p> <p><i>Упражнения для ног:</i> Подниматься на носки. Переступать на месте без отрыва носков ног от опоры. Выполнять 2-3 полуприседаний подряд. Приседать, вынося руки вперед, опираясь руками о колени; обхватывая колени руками и пригибая голову. Выпад вперед, в сторону. Захватывание и перемещение пальцами ног мелких предметов.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p><i>ходьба.</i> Ходить в колонне по одному, по двое, по трое; на носках, на пятках, на внутренней и внешней стороне стоп; высоко поднимая согнутую в колене ногу; с перешагиванием через предметы, боком; с поворотом в другую сторону, с перешагиванием через скакалку, в разном темпе; с изменением положения рук; с остановкой по сигналу взрослого; изменением направления движения; врассыпную; между предметами между кеглями, с перешагиванием через шнуры; приставными шагами вперед.</p> <p><i>равновесие.</i> Ходить с перешагиванием через предметы; по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках, по скамейке, перешагивая кубики; по канату боком, приставным шагом (пятки на канате, носки на полу), по скамейке с перекладыванием на каждый шаг вперед мяча из руки в руку перед собой или за спиной, по ребристой поверхности; по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка, кружение парами, держась за руки.</p> <p><i>бег.</i> Бегать врассыпную, парами, в колонне по одному, по двое, высоко поднимая колени; «змейкой» между расставленными в одну линию предметами, с преодолением препятствий, с преодолением препятствий в естественных условиях, с разной скоростью - медленно, быстро, в среднем темпе непрерывный бег 1,5-2 минуты; на дистанцию 100-120 метров в чередовании с ходьбой; на скорость, пробегание отрезков (длина 20 метров) на скорость до обозначенного места; ползание, лазанье. Ползать на четвереньках «змейкой» между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползать через препятствия; ползать на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползать по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезать через несколько предметов подряд, пролезать в обруч разными способами, лазать по гимнастической стенке с изменением темпа и переходом от одной гимнастической стенке к другой.</p> <p><i>прыжки.</i> Прыгать на месте; с продвижением вперед на расстояние 3-4 метра, на двух ногах с мешочком, связанным между колен; по прямой (расстояние 6 метров); на двух ногах между предметами (расстояние 4 метра); на правой и левой ноге поочередно между предметами (расстояние 3 метра); в высоту с места; 6-8 метров, из обруча в обруч на расстоянии 40 сантиметров на одной и на двух ногах, через длинную скакалку, через короткую скакалку, вращая ее вперед; перепрыгивать через шнуры, линии, попеременно на правой и левой ноге, вокруг себя, спрыгивать с высоты, запрыгивать на возвышение до 20 сантиметров;</p> <p><i>бросание, ловля, метание.</i> Бросать мяч вверх, через шнур и ловить двумя руками, одной рукой (правой и левой поочередно); прокатывать мяч между предметами, поставленными в ряд, бросать мяч о стену и ловить двумя руками; метать мешочки с песком, асыки в цель на расстояние 2-2,5 метра, перебрасывать мяч друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 1,5-2 метра), вести мяч между предметами двумя руками (расстояние 4 метра), бросать и ловить мяч двумя руками с продвижением вперед (расстояние 4-5 метров);</p> <p><i>построение, перестроение.</i> Строиться в колонну по одному, по два, по три, в шеренгу; перестроиться в колонну по двое, по трое; равнение в колонне на вытянутые руки вперед, в шеренге и в кругу - на вытянутые руки в стороны; повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком.</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b></p> <p>Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b></p> <p>Пырыжки через пуфики правым и левым боком, на двух ногах с продвижением.</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b></p> <p><i>элементы баскетбола.</i> Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди. Упражняться в ведении мяча правой и левой рукой;</p> <p><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i></p> <p><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i></p> <p><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b></p> <p>Организовать пространство для многовариантных игр. Наличие картотеки игр, движений, упражнений.</p> |

**Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_ -  
20\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения**

КП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

группа группа «Балдаурен»

возраст детей - лет

какой период составлен план Май 2024 года

| Организованная деятельность | Задачи организованной Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li> <li>2) бег. Обычный бег, на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li> <li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li> <li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li> <li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li> <li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li> <li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li> </ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Прыжки через пучки правым и левым боком, на двух ногах с продвижением.</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди. Упражняться в ведении мяча правой и левой рукой;<br/><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Организовать пространство для многовариантных игр. Наличие картотеки игр, движений, упражнений.</p> |

**Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_22\_\_ -  
20\_\_23\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения**

П «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

на старшая группа «Лучики»

вост детей 4-5 лет

какой период составлен план Май 2024 года

| Организованная деятельность | Задачи организованной Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;</li> <li>2) бег. Обычный бег; на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;</li> <li>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);</li> <li>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).</li> <li>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;</li> <li>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).</li> <li>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</li> </ol> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Прыжки на двух ногах из обруча в обруч</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.</p> <p><i>Физкультурный досуг: 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i></p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх.</p> |

**Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_ -  
20\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения**

СП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО

группа старшая группа «Цветочек»  
возраст детей 5-6 лет  
какой период составлен план Май 2024 года

|                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Организованная деятельность | Задачи организованной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Физическая культура         | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b><br/>Поднимание рук вперед, в стороны, вверх. Выполнение поворотов в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны. Поднимание на носки, поочередно выставляя ногу вперед на пятку, на носок</p> <p><b>Основные движения:</b><br/>1) ходьба. Ходьба в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками;<br/>2) бег. Обычный бег, на носках; с высоким подниманием колен, в колонне по одному, в разных направлениях;<br/>3) прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой); на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра);<br/>4) метание, ловля, бросание. Катание мячей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу и ловля его (на расстоянии 1,5 метра). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).<br/>5) ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой на расстояние до 8 метров между предметами, по горизонтальной доске, скамейке. Перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево;<br/>6) равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну. Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30-35 сантиметров).<br/>7) построение, перестроение. Построение в колонну по одному.</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b><br/>Выполнять знакомые физические упражнения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b><br/>Прыжки на двух ногах из обруча в обруч</p> <p><b>Элементы спортивных игр:</b><br/>Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.<br/><i>Физкультурный досуг 1 раз в 2 месяца, длительностью 20 минут.</i><br/><i>Физкультурный праздник 2 раза в год (зимний и летний), длительностью до 45 минут.</i><br/><i>День здоровья 1 раз в два месяца, длительностью до 30 минут.</i><br/><b>Самостоятельная двигательная активность.</b><br/>Привлекать детей к выполнению упражнений вместе с педагогом, стимулировать интерес к участию в подвижных играх.</p> |

**Перспективный план организованной деятельности на 20\_\_ -  
20\_\_ учебный год на основе Типового учебного плана дошкольного  
воспитания и обучения и Типовой учебной программы дошкольного  
воспитания и обучения**

**КГКП «Ясли-сад № 38 «Ласточка» отдела образования по городу Риддеру Управления образования ВКО**

Группа средняя группа «Ягодка»

Возраст детей 3-4 лет

На какой период составлен план Май 2024 года

| Месяц | Организованная деятельность | Задачи организованной Деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | <b>Физическая культура</b>  | <p><b>Общеразвивающие упражнения.</b></p> <p>Упражнения для рук и плечевого пояса:<br/>поднимать и опускать руки вверх, вперед, в стороны (вместе или поочередно);<br/>перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой;<br/>хлопать руками перед собой или над головой, за спиной;<br/>вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами, сжимать и разжимать пальцы рук;</p> <p>Упражнения для туловища:<br/>передавать мяч друг другу над головой (назад и вперед), с поворотом в стороны (вправо-влево);<br/>поворачивать туловище влево, вправо (из положения сидя);<br/>поднимать и опускать ноги, двигать ногами (из положения лежа на спине);<br/>сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны (из положения лежа на животе);</p> <p>Упражнения для ног:<br/>подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону;<br/>приседать вытягивая руки вперед; обхватывая колени руками и наклоняя голову; поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях<br/>захватывать пальцами ног мешочки с песком сидя, ходить по палке, валику (диаметр 6-8 сантиметров) приставным шагом.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <p><b>Ходьба.</b> Ходить обычно, на носках, с высоким подниманием колен, по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», враспынную; ходить с выполнением заданий: взявшись за руки, держась за веревку, с остановкой, приседанием, поворотом, обходить предметы, с перешагиванием через предметы положенные на пол, медленно кружиться в обе стороны.</p> <p><b>Упражнения в равновесии.</b> Ходить по наклонной доске (20-30 сантиметров), по веревке, по бревну боковым приставным шагом, сохраняя равновесие; по прямой дорожке, по дощечкам положенным на расстоянии 10 см. одна от другой, по ребристой доске;</p> <p><b>Бег.</b> Бегать обычно, на носках, в колонне по одному, с одной стороны площадки на другую, в разных направлениях: по прямой, по кругу, «змейкой», враспынную; бегать с выполнением определенных заданий с остановкой, бегать по сигналу в указанное место; бегать с изменением темпа: в быстром (до 10 – 20 метров), без остановки в медленном темпе (в течение 50-60 сек.);</p> <p><b>Катание, бросание, ловля.</b> Бросать предметы на дальность правой и левой рукой (на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Катать мяч друг другу с расстояния 1,5-2 метра в положении сидя, ноги врозь, между предметами, в ворота. Бросать мяч вверх, вниз об пол (землю), ловить его.</p> <p><b>Ползание, лазанье:</b> Ползать в прямом направлении на расстояние 4-6 метров, между предметами, вокруг них, по доске, положенной на пол, под веревку, дугу, высотой 40 см, по наклонному модулю, через туннель; лазать по лестнице, влезать на гимнастическую стенку и спускаться (высота 1,5 м);</p> <p><b>Прыжки.</b> Прыгать на месте на двух ногах, с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра, из круга в круг, вокруг предметов и между ними, с высоты 15-20 см, с касанием подвешенного предмета рукой, вверх с места стоя, через линию, в длину с места на расстоянии не менее 40 см;</p> <p><b>Построение, перестроение.</b> Построение друг за другом, рядом друг с другом, в круг (по зрительным ориентирам). Обучать умению находить свое место в строю, в круге с небольшой группой и всей группой (с помощью педагога, по зрительным ориентирам);</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения.</b></p> <p>Упражнения для рук и плечевого пояса:</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b></p> <p>Равновесие ходьба по шнуру положенному по кругу спину и голову держать прямо и соблюдать дистанцию друг от друга</p> <p><b>Самостоятельная двигательная активность.</b></p> <p>Прыжки на двух ногах с мячом в руках на сигнал воспитателя присесть прокатить мяч от одной ноги к другой.</p> |

Нөмірленген және тігілген

47

бет

«№38 «Ласточка» бөбекжай-  
бағабакшасы» КМҚК  
менгерушісі

Л.Н. Попова

Прошито и пронумеровано

47

лист

Заведующий КГКП

«Ясли-сад №38 «Ласточка»

Л.Н. Попова

