

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида «Чуораанчык»

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Чуораанчык»
_____ Захарова А.С
«__» _____ 2022г.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
непосредственной образовательной деятельности
(подготовительная группа)
2022-2023 уч.год

Физ.инструктор: Ноговицына Н.Н

Перспективный план (подготовительная группа , 6-7 лет)

Сентябрь

Неделя	Понедельник	Среда	Пятница
3	<p>Задачи. упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу, в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. развивать точность движений при переброске мяча.С.9</p> <p>Подвижная игра «Ловишки»</p>	<p>Ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки на двух ногах. Переброска мячей. С.10</p> <p>Эстафета.</p>	<p>Задачи. Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением, знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений, повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед.С.11</p> <p>Подвижная игра «Вершки и корешки»</p>
4	<p>Задачи. Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции, развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета, повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. С.11</p> <p>Подвижная игра «Летает не летает»</p>	<p>Прыжки на двух ногах между предметами. Переброска мяча стоя в шеренгах. Бросание мяча друг другу. упражнение в ползании – «крокодил».С.13</p> <p>Игра «Великаны и гномы»</p>	<p>Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу, развивать внимание и быстроту движений. С 14</p> <p>Игра «Совушка»</p>
5	<p>Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов, развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие, повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.С.15</p> <p>Эстафета.</p>	<p>Бросание мяча правой левой рукой. Ползание по гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке. С.16</p> <p>Игра «Кто быстрее»</p>	<p>Задачи. Упражнять в чередовании ходьбы и бега, развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами. С.16</p> <p>Игра «Летает не летает»</p>
6	<p>Задачи. Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя, в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий.</p> <p>Игра «Непопадись»</p>	<p>Лазанье в обруч. Ходьба боком приставным шагом. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры. С.18</p> <p>Эстафета</p>	<p>Задачи. Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом, разучит игру «Круговая лапта. С.18</p> <p>Игра «Фигуры»</p>

Перспективный план (подготовительная группа , 6-7 лет)

Октябрь

Неделя	Понедельник	Среда	Пятница
3	<p>Задачи. Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами, упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках, развивать ловкость в упражнении с мячом.С.20</p> <p>Игра «Перелет птиц»</p>	<p>Ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки на двух ногах вдоль шнура. Переброска мячей друг другу. С.21</p> <p>Эстафета.</p>	<p>Задачи. Упражнять детей в беге с преодолением препятствий, развивать ловкость в упражнениях с мячом, повторить задание в прыжках. С.21</p> <p>Игра «Перебрось поймай», «Фигуры»</p>
4	<p>Задачи. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу, отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки, развивать координацию движений в упражнениях с мячом. С. 22</p> <p>Игра «Эхо»</p>	<p>Прыжки с высоты 40 см с приземлением на полусогнутые ноги. Отбивание мяча одной рукой. Лазанье в обруч на четвереньках. С.23</p> <p>Игра «Кто самый меткий»</p>	<p>Задачи. Повторить бег в среднем темпе. Ходьба в колонне по одному, перестроение в колонну по два в движении. С.24</p> <p>Игра «Совушка»</p>
5	<p>Задачи. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, повторить упражнения в ведении мяча, ползании, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. С 24</p> <p>Игра «Удочка»</p>	<p>Введение мяча между предметами. Ползание на четвереньках по прямой. ходьба по рейке гимнастической скамейки. С.26</p> <p>Игра «Успей выбежать»</p>	<p>Задачи. Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. упражнять в беге враспынную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием. повторить упр.на равновесие при ходьбе по повышенной опоре. С.27</p> <p>Игра «Удочка»</p>
6	<p>Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. Прыжки на двух ногах между предметами. Ходьба по гимнастической скамейке. С.28</p> <p>Эстафета</p>	<p>Задачи. Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе, упражнять в прыжках и переброске мяча. С.28</p> <p>Игра «Ловишки с ленточками»</p>	<p>Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения умения действовать по сигналу, развивать точность в упражнениях с мячом. С.26</p> <p>Игра «Не попадись»</p>