

«Утверждаю»

Заведующая «Комплекс» начальная
школа-детский сад «Керемет»


А.А.Суйкимбаева



«Комплекс» начальная школа-детский сад «Керемет»

Перспективный план организованной деятельности инструктора по
физической культуры в возрастной группе 3-х лет на 2022-2023 учебный год

Учитель физкультуры: Усен Мардан Маратұлы

Перспективный план организованной деятельности инструктора по физической культуре на 2022-2023 учебный год

Учреждение образования : Комплекс начальная школа-детский сад «Керемет»

Группа: средняя группа

Возраст детей: дети 3-х лет

Период составления плана: сентябрь, 2022 - 2023 учебный год.

Месяц	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Сентябрь	Физическая культура	Общеразвивающие упражнения. Учить выполнять упражнения вместе с педагогом, используя зрительные, ориентиры, словесные указания. Выполнение упражнения с предметами и без предметов. Упражнения для рук и плечевого пояса, туловища, ног поднимание рук вверх, в стороны; перекладывание предмета из одной руки в другую перед собой, хлопки перед собой. Подтягивание к себе ног в положении сидя, лежа, наклоны влево, вправо, вперед, из положения стоя. Приседания. Основные движения: 1) ходьба. Формирование навыков свободной ходьбы с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом, с высоким подниманием колен, по кругу, с остановкой, обходя предметы; 2) бег. Формирование навыков бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом, на носочках, координирование движения рук и ног, соблюдая интервал, с остановкой, обходя предметы; 3) прыжки. Формирование техники прыжка в длину с места; прыжки, продвигаясь вперед на расстояние 2–

		3 метра; 4) метание, бросание, ловля; формирование навыков катания мячей друг другу с расстояния 1,5–2 метра в положении сидя, ноги врозь, катание мячей в ворота; метание в горизонтальную вдаль; 5) ползание, лазанье. Формирование навыков ползания в прямом направлении на расстоянии 4–6 метров, под веревку, дугу, высотой 40 см, по наклонной доске; 6) равновесие. Формирование навыков ходьбы по наклонной доске (20–30 сантиметров); 7) перестроение. Формирование навыков построения в круг.
--	--	--