

Циклограмма

по физической культуре- предшкольный класс 2023-24 учебный год.

СЕНТЯБРЬ

Занятие №1

Гаврилова М.А.

Дата: 05.09.2023г

Образовательные области: Здоровье. Познание. Раздел: Физическая культура.

Тема: Знакомство с техникой безопасности в спортивном зале.

Цель: формирование навыков безопасного поведения при выполнении движений

Беседа о правилах поведения в спортивном зале. Показывает детям спортивное оборудование, а дети рассказывают о рисках для здоровья при несоблюдении правил безопасного поведения в спортивном зале. Ходьба в колонне по одному обычная, фигурная «иголочка- ниточка». Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом (фронтальный способ). Под музыку ритмично подпрыгивают на месте, отталкиваясь носками ног.

Занятие №2

Предшколя

Дата: 06.09.2023г.

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Познание.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Соревнование между девочками и мальчиками.

Цель: формирование навыков безопасного поведения при выполнении движений.

Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Ходьба по скамейке с перекладыванием на каждый шаг мяча вперед себя и за спиной. Подбрасывание вверх и ловля мяча двумя руками. Игроки бросают мяч вверх, двигаясь вперед до обруча и обратно, отдают мяч следующему игроку и становятся в конец колонны.

Занятие №3

Предшколя

Дата: 07.09.2023г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Познание. Раздел: Физическая культура.

Тема: Секрет здоровья - игры на свежем воздухе.

Цель: обучение навыкам игры в футбол.

Футбол – ведение мяча внутренней стороной подъема левой или правой ноги в прямом направлении 4 раза. Игрок зедет футбольный мяч до поворотной отметки и возвращается на свое место, после чего начинает движение другойой.

Занятие №4

Предшколя

Дата: 12.09.2023г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Познание. Раздел: Физическая культура.

Тема: Формирование умения управлять своим поведением и эмоциями.

Цель: закрепление навыков перебрасывания мяча друг другу, снижение агрессии.

Ходьба в колонне по одному обычная, «врасыпную». По сигналу: «Врасыпную!» – воспитанники ходят по всему залу руки на поясе, стараются не сталкиваться друг с другом; по сигналу: « В колонну!» – находят свое место в колонне и продолжают ходьбу в колонне. Бег в медленном темпе 40 секунд. Прыжки с продвижением вперед на расстояние 3 м, на двух ногах с мешочком, зажатом между колен. Назад возвращаться бегом по прямой (4 раза).

Занятие №5**Предшкола**

Дата: 13.09.2023г.

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Познание. Раздел: Физическая культура.

Тема: Развитие ловкости в эстафетах

Цель: развитие ловкости и организованности посредством выполнения эстафет.

Подвижная игра «Тым-тыракай» (3 раза). Игроки становятся в круг, берутся за руки. В центре круга стоит ловишка. Игроки идут по кругу и повторяют слова: «Ал, канеки, балалар, Бір, екі, үш – деп санандар. Бір, екі, үш – ал тарандар!». После этих слов разбегаются по залу. Ловишка старается догнать детей и осалить.

Занятие №6**Предшкола**

Дата: 14.09.2023г.

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Познание. Раздел: Физическая культура.

Тема: Развитие ловкости в эстафетах

Цель: развитие ловкости и организованности посредством выполнения эстафет.

Выполнение основных движений в виде эстафет (2 раза). Напоминает правила: выполнять движение только по одному игроку и только после передачи эстафеты посредством хлопка рукой, назад в свою команду возвращаться бегом по прямой. Равновесие – ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи.

Занятие №7**Предшкола**

Дата: 19.09.23г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Познание. Раздел: Физическая культура.

Тема: Я люблю играть.

Цель: обучение перебрасыванию и ловли мяча посредством игры.

Ходьба врассыпную; перестроение в колонну по одному по сигналу; бег в среднем темпе; змейкой; ходьба на носочках, перестроение в колонну по два. При выполнении заданий следит за соблюдением дистанции, координацией движений рук и ног. Перестроение в колонну по три.

Занятие №8**Предшкола**

Дата: 20.09.2023г.

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Познание. Раздел: Физическая культура.

Тема: Я люблю играть.

Цель: обучение перебрасыванию и ловли мяча посредством игры.

Подвижная игра «Перебежки» (3 раза). Воспитанники становятся в круг, выбирают ловишку считалкой. По сигналу быстро стараются встать на предмет, который находится выше уровня поля (скамейки). Перебегают с места на место, меняя направление бега.

Занятие №9**Предшкола**

Дата: 21.09.2023г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Познание. Раздел: Физическая культура.

Тема: В осеннем лесу.

Цель: развитие координации движений при ползании, перебрасывании мяча.

Выполнение общеразвивающих упражнений в игровой форме: «Повторяй за мной».

Предлагает согреться на лесной полянке. «Кто хочет быстрым стать, И время не терять, Пусть за моей спиной, Все делает за мной. Движенья рук, движенья ног, Ты повторяй за мной, дружок!» Подвижная игра «Қасқыр мен лақтар» («Волк и козлята») (3 раза)

Воспитанники строятся в шеренгу на одной стороне зала. Посередине зала располагается волк. «Бөрте, бөрте, бөрте лақ, Бөрте лақ тым ерке-ақ. Кетесің кейде секендеп, Байламаса кокем кеп». Игроки перебегают на противоположную сторону зала, волк старается поймать козлят.

Занятие №10**Предшкола.**

Дата: 26.09.2023г.

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Познание. Раздел: Физическая культура.

Тема: Знакомство со спортивными играми (бадминтон, футбол)

Цель: познакомить детей с игрой в бадминтон.

Бадминтон. Упражнения для ознакомления с особенностями полета волана. Перебрасывать волан поочередно из правой руки в левую (стоя на месте). Подбрасывать волан одной рукой вверх и ловят его в воздухе. Переключать ракетку из одной руки в другую, сохраняя правильный хват; вращают кисть руки, одновременно поворачивая ракетку.

Занятие №11**Предшкола**

Дата: 27.09.2023г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Познание. Раздел: Физическая культура.

Тема: Знакомство со спортивными играми (бадминтон, футбол)

Цель: познакомить детей с игрой в бадминтон и футбол.

Футбол – ведение мяча внутренней стороной подъема левой или правой ноги в произвольном направлении (4 раза). Показ: для ведения мяча ударами необходимо, чтобы носок правой или левой ноги был направлен к земле, а мяч должен находиться перед игроком. Контролирует смену ног. Воспитанники берут мяч и ведут его ногой по площадке, стараются не с кем не сталкиваться. Бег под вращающейся скакалкой (3 раза). Акцентирует внимание воспитанников на умение соразмерять скорость бега со скоростью вращения скакалки. Обращает внимание воспитанников на технику безопасности при выполнении упражнения.

Занятие №12**Предшкола**

Дата: 28.09.2023г.

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Познание. Раздел: Физическая культура.

Тема: Халық ойындары – Народные игры.

Цель: формировать навыки метания мелких предметов в горизонтальную цель, воспитание толерантности посредством казахских народных игр.

Подвижная игра «Асық алу» (3 раза) Воспитанники выполняют ходьбу по всему залу, бег «врасыпную», кладут асык на пол, продолжают движение, по команде педагога: «Асық алу!» – поднимают асыки. При движении асыки задевать нельзя. Так же игра повторяется с бегом. Ходьба и бег чередуются 3 раза. II. Выполнение основных движений в игровой форме по 4 раза. «Асық лактыру» – метание асыков в горизонтальную цель с расстояния 2м.

ОКТИБРЬ**Занятие №13****Предшкола**

Дата: 03.10.23г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Социум.

Раздел: Физическая культура. Тема: «Халық ойындары». («Народные игры»).

Цель: формировать навыки метания мелких предметов в горизонтальную цель, воспитание толерантности посредством казахских народных игр.

Задачи: учить метать мелкие предметы в горизонтальную цель. Совершенствовать умение выполнять прыжки на одной ноге в разном направлении. Закреплять навык подбрасывания и ловли мелких предметов (камешки) из положения «сид на пятки». Развивать предметную ловкость, глазомер, умение сосредоточиваться и концентрировать свое внимание при неблагоприятных условиях (шум). Продолжать развивать интерес к народным играм, коммуникативную компетентность, воспитывать доброжелательность и толерантность.

Ожидаемый результат. Воспроизводят: метание асыков в горизонтальную цель с расстояния 2 м, релаксацию в кругу. Понимают: принимать правильное исходное положение при метании, поднимать асыки только по команде педагога, правила игр, доброжелательно относиться к традициям разных народов РК. Применяют: навык подбрасывания и ловли мелких предметов, ходьбы и бега врасыпную, умение прыгать на одной ноге в разном направлении, играть в командные игры, концентрировать внимание. Материалы и оборудование: сундук с элементами национальных костюмов, быта, асыки по количеству детей, платки на половину группы. Билингвальный компонент: ойын – игра, ойындар – игры, халық ойындары – народные игры, ойындар баста – игру начинаю. Считалки «Қуыр-қуырмаш, Батананға бидай шаш, Тауықтарға тары шаш. Апан келсе есік аш. Қасқыр келсе, мықтап бас». «Шымшық, шымшық, 84 Сен кал, сен шық!» «Алма кетті домалал Көше бойы орапал Кім алманды табыды Сол ойыннаны шығыды!»

Занятие №14**Предшкола**

Дата: 04.10.23г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье. Раздел: Физическая культура.

Тема: Тренировка маленьких спортсменов. Элементы круговой тренировки по станциям

Цель: формирование навыка выполнения движений по станциям.

Задачи: упражнять в перестроении, сохранении направления движения и равнения в шеренгах. Продолжать формировать навыки ходьбы с высоким подниманием колен, непрерывного бега в медленном темпе. Закреплять ползание по гимнастической скамейке на животе, подбрасывание вверх и ловлю мяча двумя руками, прыжки в высоту, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 25см. Развивать ловкость, навыки самоконтроля; воспитывать мотивацию к занятиям спортом, привычки к ЗОЖ. Ожидаемый результат. Воспроизводят: ходьбу шеренгой с одной стороны зала на противоположную, прыжки в высоту, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки, подбрасывание вверх и ловлю мяча двумя руками. Понимают: загадки о спорте, виды спорта, значение тренировки для спортсменов; энергично сгибать руки при ползании по гимнастической скамейке, координировать маховые движения рук и силу толчка ног, согласовывать свои действия с действиями других игроков. Применяют: навыки выполнения заданий по станциям, ходьбы в колонне по одному; с высоким подниманием колен, бега в медленном темпе, ползания на четвереньках с опорой на колени и предплечья.

Занятие №15**Предшкола**

Дата: 05.10.23г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Социум.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Развитие выразительности и пластики движений.

Цель: Формирование навыка выразительно передавать повадки и движения животных, развитие пластичности.

Задачи: совершенствовать умение выполнять невысокие прыжки на месте с поворотами вокруг себя. Совершенствовать умение бегать в разном темпе и направлении, согласовывать шаг с естественными движениями рук. Продолжать упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и ступни по гимнастической скамейке. Развивать общую выносливость, координационные способности, пластичность и гибкость, аналитическое мышление. Способствовать воспитанию экологической культуры.

Ожидаемый результат. Воспроизводят: ритмическую гимнастику, имитацию движений животных в соответствии с музыкой. Понимают: повадки животных, бережно относиться к животным, выполнение заданий только по сигналу, ролевые действия в игре.

Применяют: навыки бега в разном темпе, разные виды ходьбы и бег в чередовании, ползания на четвереньках с опорой на ладони и ступни, прыжков на месте с поворотами вокруг себя. Материалы и оборудование: музыка по темам «Животные», «Бег коней», для ритмической гимнастики, гимнастическая скамейка – 2 шт. Билингвальный компонент: көңілді конжыктар – веселые медвежата, ерекше жануарнеобычное животное, хайуанаттар багы – зоопарк, «Қасқыр мен лактар» – «Волк и козлята».

Занятие №16**Предшколя**

Дата: 10.10.23г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Игры и упражнения с мячом.

Цель: способствовать сплочению детского коллектива посредством игровых упражнений с мячом.

Задачи: учить подбрасывать мяч вверх и ловить его после отскока от пола. Продолжать упражнять в ползании на четвереньках в прямом направлении, толкая головой мяч, на расстояние 5м, развивать навыки контроля пространства. Закреплять умение подталкивать мяч снизу-вверх пальцами рук и менять направление мяча при катании между предметами. Совершенствовать умение координировать движения рук и ног, развивать ловкость, выносливость, мускулатуру рук. Воспитывать позитивное мироощущение, осознания себя как важной частью общества, детского коллектива. Применяют: навыки ползания на четвереньках, выполнения корректирующих упражнений с мячом, умение передавать мяч из рук в руки, ориентироваться в пространстве зала. Материалы и оборудование: мячи диаметром 15 см по количеству детей, кегли – 5 шт., мячики диаметром 25 см с изображением мимики – 5 шт. Билингвальный компонент: донты оң (сол) қолдарыңа алыңдар – возьмите мяч в правую (левую) руку, ал – возьми, қой – положи, дем алу – дем шығару – вдох-выдох, отыруға кезде шеңберіне – садитесь в круг, шеңберге тұрыңдар – встать в круг.

Занятие №17**Предшколя**

Дата: 11.10.23г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Игры и упражнения с мячом.

Цель: способствовать сплочению детского коллектива посредством игровых упражнений с мячом.

Задачи: учить подбрасывать мяч вверх и ловить его после отскока от пола. Продолжать упражнять в ползании на четвереньках в прямом направлении, толкая головой мяч, на расстояние 5м, развивать навыки контроля пространства. Закреплять умение подталкивать мяч снизу-вверх пальцами рук и менять направление мяча при катании между предметами. Совершенствовать умение координировать движения рук и ног, развивать ловкость, выносливость, мускулатуру рук. Воспитывать позитивное мироощущение, осознания себя как важной частью общества, детского коллектива. Применение технологий: мимическая гимнастика. Ожидаемый результат. Воспроизводят: подталкивание мяча головой при ползании, катание мяча между предметами, держать мяч хватом с двух сторон, ловить мяч после отскока от пола, подталкивать мяч головой в прямом направлении. Применяют: навыки ползания на четвереньках, выполнения корректирующих упражнений с мячом, умение передавать мяч из рук в руки, ориентироваться в пространстве зала. Материалы и оборудование: мячи диаметром 15 см по количеству детей, кегли – 5 шт., мячики диаметром 25 см с изображением мимики – 5 шт. Билингвальный компонент: донты оң (сол) қолдарыңа алыңдар – возьмите мяч в правую (левую) руку, ал – возьми, қой – положи, дем алу – дем шығару – вдох-выдох, отыруға кезде шеңберіне – садитесь в круг, шеңберге тұрыңдар – встать в круг.

Занятие №18

Предшкола

Дата: 12.10.22г

Гаврилова М.А.

На свежем воздухе Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Развитие скоростно - силовых качеств.

Цель: совершенствование навыков бега, выполнения прыжков в высоту с места.

Задачи: продолжать учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по бревну приставным шагом правым и левым боком. Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, совершенствовать координацию движений рук и ног во время бега. Совершенствовать прыжки в высоту, доставая предмет (колокольчик), подвешенный выше поднятой руки ребенка на 20см. Развивать ориентировку в пространстве, силу. Формировать интерес к занятиям физической культурой, воспитывать организованность. Применение технологий: массаж ушных раковин, дыхательная гимнастика у-ну, представление мысленных образов на выдохе. Ожидаемый результат. Воспроизводят: массаж ушных раковин, ходьбу шеренгой с одной стороны площадки на противоположную. Понимают: необходимость соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений на бревне, как сохранять равновесие на бревне, согласовывать свои движения с движениями соседа слева и справа от себя при передвижении шеренгой. Применяют: навыки бега в медленном темпе, выполнения общеразвивающих упражнений, умение координировать маховые движения рук и силу толчка ног, ориентироваться в пространстве площадки. Материалы и оборудование: бревно, стойки с натянутым шнуром, колокольчик, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 20см. Билингвальный компонент: баяу жүгірү – медленный бег, секіріу – прыжки, қаршығалар – ястребы, қарлығаштар – ласточки, аю – медведь.

Занятие №19

Предшкола

Дата: 17.10.23г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Социум

Раздел: Физическая культура.

Тема: Мы все разные.

Цель: формирование навыков сотрудничества, закрепление бега, катания фитболов в эстафетах.

Задачи: продолжать учить сохранять динамическое равновесие при выполнении ходьбы по канату боком, приставным шагом. Продолжать совершенствовать навыки прокатывания фитбола между предметами, поставленными в ряд. Закреплять навыки изменения направления бега между предметами. Продолжать упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, совершенствовать умение подтягивать корпус энергичным сгибанием рук. Развивать ловкость, выносливость, мускулатуру рук. Воспитывать ценностное отношение друг к другу, позицию сотрудничества, толерантность. Применение технологии (социо-игровая) психологические тренинги «Волшебный клубок», «Я такой, мы такие». Материалы и оборудование: мячи диаметром 15 см по количеству детей. Билингвальный компонент: доппен жаттығулар – упражнения с мячом, допты оң (сол) қолдарыңа алындар – возьмите мяч в правую (левую) руку, ал – возьми, қой – положи, сырғанау доп – катание мячей.

Занятие №20

Предшкола

Дата: 18.10.23г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье, Социум

Раздел: Физическая культура.

Тема: Мы все разные.

Цель: формирование навыков сотрудничества, закрепление бега, катания фитболов в эстафетах.

Задачи: продолжать учить сохранять динамическое равновесие при выполнении ходьбы по канату боком, приставным шагом. Продолжать совершенствовать навыки прокатывания фитбола между предметами, поставленными в ряд. Закреплять навыки изменения направления бега между предметами. Продолжать упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, совершенствовать умение подтягивать корпус энергичным сгибанием рук. Развивать ловкость, выносливость, мускулатуру рук. Воспитывать ценностное отношение друг к другу, позицию сотрудничества, толерантность. Применение технологий (социо-игровая) психологические тренинги «Волшебный клубок», «Я такой, мы такие». Ожидаемый результат. Воспроизводят: тренинг «Волшебный клубок», манипуляцию с мячом во время движения, общеразвивающие упражнения с мячом, упражнение в равновесии, игровое упражнение «Я такой, мы такие». 94 Понимают: энергично сгибать руки при подтягивании, соблюдение дистанции при прокатывании мяча, уважать позиции и взгляды других детей. Применяют: навыки бега между предметами «змейкой», умение ползать по гимнастической скамейке на животе, ориентироваться в пространстве зала. Материалы и оборудование: мячи диаметром 15 см по количеству детей. Билингвальный компонент: доппен жаттыгулар – упражнения с мячом, допты он (сол) колданына алындар – возьмите мяч в правую (левую) руку, ал – возьми, кой – положи, сырғанау доп – катание мячей.

Занятие №21

Предшкола

Дата: 19.10.23г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура

Тема: Формирование умения концентрировать свое внимание.

Цель: формирование умения концентрировать свое внимание при выполнении прыжков через скакалку, подлезании; определять риски для здоровья.

Задачи: учить прыгать через короткую скакалку. Совершенствовать умение выполнять подлезание под шнур боком. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу двумя руками приемом из-за головы. Продолжать упражнять в построении и перестроении, в ориентировке в пространстве зала. Развивать умения концентрировать свое внимание, глазомер. Воспитывать организованность, дисциплинированность. Применение технологий: ИКТ, релаксация «Необычная радуга». Материалы и оборудование: мячи диаметром 15 см на пол группы, стойки и шнур натянутый на высоте 40 см., фишки для анализа (зеленый, желтый, красный цвет) по количеству детей. Билингвальный компонент: «Қасқырға қақпан» – «Капкан для волка», мұқият бол – будь внимательным, сапқа тұрыңдар – встаньте в шеренгу.

Занятие №22

Предшкола

Дата: 24.10.23г

Гаврилова М.А.

Раздел: Физическая культура

Образовательная область: Здоровье.

Тема: Стань первым! Необычные уроки.

Цель: закрепление прыжков через скакалку, формирование умения быть лидером.

Цель: формировать обобщенные представления о школе, закрепление навыков перестроения, бега.

Задачи: продолжать учить прыгать через короткую скакалку, развивать умение крутить скакалку непрерывно. Формировать навыки выполнения прыжков в глубину в обозначенное место. Продолжать упражнять в построении и перестроении, в ориентировке в пространстве зала. Закреплять умение бегать в медленном темпе со сменой ведущего. Совершенствовать умение сохранять статическое равновесие на повышенной опоре. Развивать быстроту, ловкость. Воспитывать мотивацию самосовершенствоваться, стремление быть лидером, адекватную самооценку. Ожидаемый результат: Воспроизводят: прыжки через короткую скакалку, передвижение с закрытыми глазами. Понимают: качества личности, необходимые при учебе, в спорте; название углов зала (в верхнем левом, правом углах; в нижнем левом и правом углах, в центре) согласовывать движения рук и ног при прыжках через скакалку. Применяют: навыки построения в колонну, в шеренгу, в круг; бега в медленном темпе со сменой ведущего и направления, умение сохранять статическое равновесие на повышенной опоре. Материалы и оборудование: листы разного цвета: красный – внимание, зеленый – организованность, желтый – быстрота, синий – сосредоточенность, гимнастические скамейки – 4 шт. Билингвальный компонент: баяу жүрү – медленная ходьба, баяу жүгірү – медленный бег, отыруга кезде шенберіне – садитесь в круг, шенбер түрүндө – встать в круг.

Занятие №23

Дата: 26.10.23г

На свежем воздухе Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Командные эстафеты.

Цель: совершенствовать умение эффективно выполнять командные эстафеты.

Задачи: продолжать упражнять в ходьбе и беге колонной, совершенствовать координацию движений рук и ног во время движения. Упражнять в пролезании в обруч. Закреплять умение выполнять прыжки в длину с места. Развивать ориентировку в пространстве, силу. Продолжать совершенствовать умение правильно и эффективно выполнять упражнения, демонстрируя понимание времени и пространства. Воспитывать организованность, коммуникативную компетентность. Применение технологий: выполнение упражнений для профилактики близорукости. Ожидаемый результат: Воспроизводят: ходьбу колонной с мячом, захваченным между спиной и животом. Понимают: необходимость соблюдать технику безопасности при выполнении эстафет, выполнять движения как можно быстрее; сохранять равновесие при передвижении всей командой, согласовывать свои действия с действиями всех игроков команды, прыгать с полосы на полосу. Применяют: навыки бега колонной, выполнения заданий всей командой, энергичного отталкивания при выполнении прыжков, ориентировки в пространстве. Материалы и оборудование: полосы шириной 50 см., конусы для дистанции, обручи диаметр 70 см. Билингвальный компонент: колдарынды алга созындар – руки вперед, колдарынды көтөрүндө (түсіріндө) – руки вверх (вниз).

2 четверть НОЯБРЬ

Занятие №24

Предшкола

Дата: 07.11.23г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Денсаулык сабактары – Уроки здоровья.

Цель: формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.
Задачи: продолжать учить выполнять разные виды ходьбы (скрестным шагом, ходьба в приседе и полуприседе, ходьба спиной вперед – 4м). Продолжать учить выполнять прыжки в глубину в обозначенное место, активно разгибать стопы. Упражнять в ползании на четвереньках по рейкам горизонтальной лестницы, приподнятой над полом. Закреплять умение ходить по скамейке с мешочком на голове, сохраняя равновесие. Развивать ловкость координационные способности, внимательность, организованность. Воспитывать ценностное отношение к своему здоровью, к здоровью окружающих, стремление к ЗОЖ.
Применение технологий: тренинг «Наберемся здоровья», релаксация «У моря», ИКТ.
Материалы и оборудование: ленты длиной – 70 см для ОРУ, переносные лестницы, шесты для 2.5 м – 4 шт., мешочки с песком весом 400 грамм, слайды «Море» или звукозапись шума волн, крика дельфинов для релаксации. Билингвальный компонент: карлыгаш – ласточка, баяу жүрү – медленная ходьба, баяу жүгірү – медленный бег, жылдам жүгірү – быстрый бег.

Занятие №25

Предшкола

Дата: 08.11.23г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Денсаулык сабактары – Уроки здоровья.

Цель: формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.
Задачи: продолжать учить выполнять разные виды ходьбы (скрестным шагом, ходьба в приседе и полуприседе, ходьба спиной вперед – 4м). Продолжать учить выполнять прыжки в глубину в обозначенное место, активно разгибать стопы. Упражнять в ползании на четвереньках по рейкам горизонтальной лестницы, приподнятой над полом. Закреплять умение ходить по скамейке с мешочком на голове, сохраняя равновесие. Развивать ловкость координационные способности, внимательность, организованность. Воспитывать ценностное отношение к своему здоровью, к здоровью окружающих, стремление к ЗОЖ.
Применение технологий: тренинг «Наберемся здоровья», релаксация «У моря», ИКТ.
Материалы и оборудование: ленты длиной – 70 см для ОРУ, переносные лестницы, шесты для 2.5 м – 4 шт., мешочки с песком весом 400 грамм, слайды «Море» или звукозапись шума волн, крика дельфинов для релаксации. Билингвальный компонент: карлыгаш – ласточка, баяу жүрү – медленная ходьба, баяу жүгірү – медленный бег, жылдам жүгірү – быстрый бег.

Занятие №26**Предшкола**

Дата: 09.11.23г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Познание.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Умники и умницы.

Цель: формирование умение выполнять задания в команде; закреплять навыки прыжков, перестроения, катания

Задачи: упражнять в ползании на четвереньках по рейкам горизонтальной лестницы, приподнятой над полом. Упражнять в перестроении в колонну, в шеренгу, в круг, (слева-справа, впереди-сзади). Упражнять в прыжках на двух ногах с мешочком, зажатым между колен, с продвижением вперед на расстояние 4 м. Закреплять умение легко подталкивать фитбол пальцами рук и менять направление фитбола при катании между предметами. Развивать координацию движений, быстроту, ловкость, умение выполнять действия командой, подчинять свои интересы интересам команды. Воспитывать коллективизм, организованность, уважительное отношение к девочкам. Материалы и оборудование: переносные лестницы, №79, модули (кубы поролоновые 20*20*20 см) –10 шт., фитболы – 2 шт. Билингвальный компонент: баяу жүрү – медленная ходьба, баяу жүгірү – медленный бег, жылдам жүгірү – быстрый бег, секіру заттар арасындагы – прыжки между предметами.

Занятие №27 Предшкола

Дата:14.11.23г Гаврилова М.А.

Раздел: Физическая культура.

Образовательная область: Здоровье.

Тема: Делай с нами, делай лучше нас.

Цель: совершенствовать перебрасывание мяча друг другу двумя руками приемом из-за головы; выполнение разных видов ходьбы.

Задачи: продолжать закреплять умение применять соответствующую амплитуду рук при выполнении разных видов ходьбы (скрестным шагом, ходьба в приседе и полуприседе, ходьба спиной вперед – 4м). Учить перебрасывать мяч друг другу двумя руками приемом из-за головы из исходного положения «сид- по турецки». Упражнять в прыжках боком на двух ногах через аркан, формировать навыки энергичного отталкивания. Развивать ловкость, силу, выносливость, коммуникативную компетентность. Воспитывать коллективизм, организованность, уважительное отношение друг к другу, доброжелательность. Материалы и оборудование: мячи диаметром 20 см на половину группы аркан для прыжков – 2 шт., карточки с изображением движений (ходьба, бег, перебрасывание мяча в паре, прыжки через аркан боком). Билингвальный компонент: жаяу аркасымен алга – ходьба спиной вперед, донты лактыру бір-біріне – бросание мяча друг другу, жаяу жүгірү – медленный бег, секіру екі аяқпен – прыжки на двух ногах.

Занятие №28. Предшкола
Дата: 15.11.23г Гаврилова М.А.

Раздел: Физическая культура.

Образовательная область: Здоровье.

Тема: Наш стадион.

Цель: обобщать знания воспитанников о назначении стадиона, видах спорта, способах тренировки спортсменов; формирование навыков ЗОЖ

Задачи: продолжать учить перебрасывать мяч друг другу двумя руками приемом из-за головы из исходного положения «сид по-турецки». Продолжать закреплять умение применять соответствующую амплитуду рук при выполнении разных видов ходьбы (скрестным шагом, в приседе и полуприседе, с закрытыми глазами – 4,5м) и бега (сильно сгибая ноги в коленях назад; высоко поднимая колени). Закреплять умение выполнять прыжки в высоту, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 20см. Продолжать упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и ступни по гимнастической скамейке. Развивать координацию движений и быстроту реакции, аналитическое мышление. Воспитывать привычку к занятиям спортом, гражданственность. Применение технологий: массаж ног (И.п.: сид по-турецки). Цель: воздействие на биологически активные точки, находящиеся на ногах. Прочистка энергетических каналов ног. Психотренинг «Я все смогу». Материалы и оборудование: мячи диаметром 15 см на половину группы, гимнастические скамейки – 4 шт., ленточки, подвешенные на веревке (выше поднятых рук ребенка на 25 см), стойки с натянутой веревкой, карточки с видами спорта. Билингвальный компонент: бір-бірден (скі-скіден) жүріндер – идите по одному (по двое).

Занятие №29 Предшкола
Дата: 16.11.23г Гаврилова М.А.

Раздел: Физическая культура.

Образовательная область: Здоровье

Тема: Наш стадион.

Цель: обобщать знания воспитанников о назначении стадиона, видах спорта, способах тренировки спортсменов; формирование навыков ЗОЖ

Задачи: продолжать учить перебрасывать мяч друг другу двумя руками приемом из-за головы из исходного положения «сид по-турецки». Продолжать закреплять умение применять соответствующую амплитуду рук при выполнении разных видов ходьбы (скрестным шагом, в приседе и полуприседе, с закрытыми глазами – 4,5м) и бега (сильно сгибая ноги в коленях назад; высоко поднимая колени). Закреплять умение выполнять прыжки в высоту, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 20см. Продолжать упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и ступни по гимнастической скамейке. Развивать координацию движений и быстроту реакции, аналитическое мышление. Воспитывать привычку к занятиям спортом, гражданственность. Применение технологий: массаж ног (И.п.: сид по-турецки). Цель: воздействие на биологически активные точки, находящиеся на ногах. Прочистка энергетических каналов ног. Психотренинг «Я все смогу». Материалы и оборудование: мячи диаметром 15 см на половину группы, гимнастические скамейки – 4 шт., ленточки, подвешенные на веревке (выше поднятых рук ребенка на 25 см), стойки с натянутой веревкой, карточки с видами спорта. Билингвальный компонент: бір-бірден (екі-екіден) жүріндер – идите по одному (по двое).

Занятие №30

Предшкола

Дата: 21.11.23г

Гаврилова М.А.

Раздел: Физическая культура.

Образовательная область: Здоровье

Тема: Игры – аттракционы.

Цель: закрепление навыков сопряженных движений посредством игр-аттракционов.

Задачи: продолжать упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, совершенствовать координацию движений рук и ног во время бега. Закреплять умение энергично отталкиваться от пола и согласовывать движения рук при выполнении прыжка в длину. Продолжать упражнять в метании предметов вдаль. Развивать ориентировку в пространстве, навык выполнения сопряженных движений, ловкость. Формировать интерес к занятиям физической культурой, воспитывать организованность. Применяемые технологии: кинезиологическая гимнастика. Ожидаемый результат: Воспроизводит: кинезиологическую гимнастику, метание мяча вдаль. Понимают: применять амплитуду рук, соответствующую каждому виду бега и ходьбы; последовательность выполнения прыжков, выполнять замах круговым движением руки сначала вниз, затем вверх-назад. Применяют: навыки бега в медленном темпе, энергичного отталкивания одновременно двумя ногами, ориентировки в пространстве, выполнения сопряженных движений. Материалы и оборудование: мячи теннисные, кегли по количеству детей, флажки – 2шт. Билингвальный компонент: жаяу арқасымен алға – ходьба спиной вперед, сүйеу қадам – приставной шаг, жаяу оң (сол) қырымен – ходьба правым/левым боком.

Занятие №31

Предшкола

Дата: 22.11.23г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Мы – одна семья.

Цель: формировать умение метать мяч вдаль двумя руками от груди, развитие силы броска; воспитание сплоченности детского коллектива.

Задачи: учить метать мяч вдаль двумя руками от груди, стоя в шеренге. Продолжать совершенствовать навыки перестроения во время движения. Закреплять умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие и правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре. Продолжать формировать навыки энергичного отталкивания в прыжках на двух ногах через камчу, положенную на расстояние 50см одна от другой. Развивать координацию движений, ловкость, внимание. Воспитывать выдержку, дисциплинированность, доброжелательное отношение друг к другу. Ожидаемый результат: Воспроизводят: пальчиковую гимнастику, метание мяча вдаль двумя руками от груди, релаксацию «Солнышко». Понимают: обозначение термина «Семья», переходить от одного вида движения к другому по команде педагога, выполнять движения экономично, не задерживать дыхание при выполнении движений. Применяют: навыки перестроения во время движения, прыжков на двух ногах через камчу, ходьбы по скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики. Материалы и оборудование: кубики на ребенка по 2 шт., гимнастическая скамейка – 2 шт., шнур, плетенный косичкой для перепрыгивания – 10 шт. 114 Билингвальный компонент: менің отбасым – моя семья, кім жылдам – кто быстрый, ойын – игра.

Занятие №32

Предшкола

Дата: 23.11.23г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Социум.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Мой дом.

Цель: закреплять умение энергично выпрямлять руки при броске мяча, формирование ценностного отношения к членам семьи.

Задачи: продолжать учить метать мяч вдаль двумя руками от груди. Продолжать совершенствовать навыков перестроения и движения через середину зала. Закреплять навыки ходьбы по гимнастической скамейке с выполнением задания, способствовать формированию механизма для поддержания вертикальной позы. Упражнять в прыжках на двух ногах боком через палки, положенные на расстоянии 50 см одна от другой. Развивать координацию движений при движении с закрытыми глазами, ловкость, внимание. Воспитывать ценностное отношение к семье, к себе, поведенческой позиции «Хорошо» – «Плохо». Применение технологий: здоровьесбережение – «Упражнения для формирования свода стоп». Цель: профилактика плоскостопия. Мнемотехники – Коллаж (Т. В. Большова) «Хорошо» – «Плохо». Цель: формирование поведенческой позиции «Хорошо-плохо».

Ожидаемый результат: Воспроизводят: упражнения для формирования свода стоп, метание мяча вдаль двумя руками от груди. Понимают: что дом для ребенка – главное место; нужно радоваться родным успехам на занятии; сохранять равновесие при выполнении упражнений на повышенной опоре, сохранять направление броска, энергично выпрямлять руки при броске мяча, прыгать в середину между палками. ИИ6 Применяют: навыки выполнения прыжков боком на двух ногах через палки, ходьбы по скамейке с выполнением задания, умение двигаться с закрытыми глазами. Билингвальный компонент: менің үйім – мой дом, донты алысқа лақтыру – метание мяча вдаль, жүру бойынша скамейке – ходьба по скамейке.

Занятие №33

Предшкола

Дата: 28.11.23г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Буду сильный, буду смелый и большой!

Цель: развитие силы, ловкости; умения применять опорные схемы движений и исходных положений.

Задачи: учить метать вдаль правой и левой рукой. Совершенствовать умение выдерживать темп движения, ставить ногу с пятки на носок при беге в медленном темпе. Упражнять в прыжках в глубину, продолжать закреплять навыки спрыгивания со скамейки на полусогнутые ноги. Развивать ловкость, силу, выносливость, самостоятельность, умение применять двигательный опыт в изменяющейся ситуации. Воспитывать организованность, целеустремленность. Применение технологий: здоровьесбережение – гимнастика для глаз, ИКТ «Известные спортсмены РК», психотренинг «Я все смогу», мнемотехники (Т.В. Воробьева) опорные схемы движений и исходных положений. Материалы и оборудование: мячи диаметром 8 см на каждого ребенка, скамейки высотой 30 см, ИКТ, фишки для выделения самых результативных воспитанников. Билингвальный компонент: күшті – сильный, батыл – смелый, үлкен – большой, жаяу колоннада бір-бірден – ходьба в колонне по одному, орныңды тап – найди место.

Занятия №34

Предшкола

Дата: 29.11.23г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Социум.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Укрепляем наши мышцы.

Цель: формирование мышечного корсета, обогащать знания воспитанников о строении тела.

Задачи: продолжать учить метать вдаль правой и левой рукой, выполнять упражнения на пресс в паре. Продолжать закреплять умение выдерживать темп бега. Упражнять в ходьбе по шнуру с мешочком на голове. Продолжать развивать умения сохранять равновесие при выполнении прыжков в глубину. Развивать координацию движений, двигательную находчивость. Формировать ценностное отношение к своему здоровью. Применение технологий: здоровьесбережение: гимнастика дыхательная: для глаз «Бабочка красавица», мимическая «Тренируем эмоции»; ходьба с мешочком на голове, «Пронеси не урони». Ожидаемый результат: Воспроизводят: упражнения для пресса в парах, гимнастику для глаз, метание вдаль правой и левой рукой. Понимают: части тела, назначение упражнений на пресс, роль физкультуры для укрепления мышц, технику безопасности при метании вдаль, выполнение упражнений групповым способом, выполнять выдох при подъеме туловища. Применяют: знания о строении тела, умение выполнять бег в медленном темпе, выдерживать темп движения со спокойными движениями рук; навыки красивой походки, сохранения равновесия при ходьбе по шнуру и спрыгивании со скамейки. Материалы и оборудование: мешочки с песком весом 200 грамм на каждого ребенка, шнуры – 3 шт., гимнастическая скамейка высота – 40 см, плакат с изображением тела. Билингвальный компонент: бір-бірден жүріңдер – идите по одному, дауыл – ураган, күн – солнце.

Занятие №35

Предшкола

Дата: 30.11.23г

Гаврилова М.А.

Раздел: Физическая культура.

Образовательная область: Здоровье.

Тема: Формирование умения выполнять движения командой.

Цель: способствовать улучшению запоминания, повышению устойчивости внимания посредством выполнения движений в команде.

Задачи: учить преодолевать полосу препятствий колонной, согласовывать действия в колонне. Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному. Закреплять прыжки на месте с движениями рук из разных исходных положений, бросание мяча точно в руки партнеру в игре. Развивать ориентировку в пространстве, координацию движений. Воспитывать ответственность и взаимопонимание, навыки командной работы, критического мышления и разрешения проблем. Ожидаемый результат: Воспроизводят: ходьбу по дорожке, бег между предметами «паровозиком». Понимают: как преодолеть препятствия, согласовывать свои действия с действиями других детей в команде, доброжелательно относиться друг к другу, сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной поверхности. Применяют: навыки критического мышления, бега в медленном темпе, ходьбы по кругу взявшись за руки; умение прыгать ритмично, сгибая ноги в коленях выполнения, ориентировки в пространстве. Материалы и оборудование: полоса препятствий (кегли, дуги, обручи, дорожка), мячи диаметром 20 см – 2 шт., фишки для оценивания (смайлик). Билингвальный компонент: шенберге тұрыңдар – встаньте в круг, секіріңдер – прыгайте, доп – мяч.

ДЕКАБРЬ

Занятие №36

Предшкола

Дата: 05.12.23г

Гаврилова М.А.

Раздел: Физическая культура.

Образовательные области: Здоровье, Социум.

Тема: Папа, мама, я – здоровая семья!

Цель: формирование привычки к ЗОЖ в семье, учить лазать по гимнастической лестнице одноименным способом.

Задачи: учить лазать по гимнастической лестнице одноименным способом, развивать координацию движений рук и ног. Упражнять в ходьбе по шнуру, положенному зигзагообразно, спиной вперед. Закреплять умение энергично подталкивать фитбол пальцами рук и менять направление фитбола при катании между предметами. Развивать ловкость, выносливость, гибкость, аналитическое мышление. Формировать навыки самоконтроля движений и пространства. Воспитывать желание быть здоровыми, красивыми, сильными. Применение технологий: пальчиковая гимнастика, ИКТ «Море», рефлексия метод 124 «Ромашка Блума». Ожидаемый результат: Воспроизводят: упражнения для моторики пальцев, лазание по гимнастической лестнице одноименным способом. Понимают: семья – главная ценность; составляющие понятия «ЗОЖ», активный отдых семьей – тоже ЗОЖ; сохранять темп и не задерживать дыхания при беге, энергично подталкивать фитбол пальцами рук, пробегать под серединой скакалки при наивысшей амплитуде ее вращения, сохранять ровную осанку. Материалы и оборудование: обручи диаметром 50 см для ОРУ, шнуры длина 4 м – 1-2 шт., фитболы – 1-2шт., кубы из поролона 20*20*20 см – в зависимости от площади зала 5- 10 шт., количества детей, гимнастическая стенка, длинная скакалка – 1 шт. Билингвальный компонент: ана – мама, эке – папа, мен – я, отбасы – семья

Занятие №37

Предшкола

Дата: 06.12.2023г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье, Социум.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Тренируемся всей семьей.

Цель: формирование привычки к ЗОЖ в семье, представления о связи физических упражнений со здоровьем.

Задачи: учить лазать по гимнастической лестнице разноименным способом. Закреплять прыжки через короткую скакалку, совершенствовать координацию движения кистей (круговые) и движения ног (вертикальные). Упражнять в подбрасывании и ловле мяча после хлопка руками за спиной; вращении обруча, поставленного вертикально полу. Развивать ловкость, выносливость, быстроту мышления, сообразительность, гибкость. Формировать представления о связи физических упражнений со здоровьем, привычку к ЗОЖ в семье. Ожидаемый результат: Воспроизводят: вращение обруча поставленного вертикально, прыжки через короткую скакалку, релаксацию «На цветущем лугу». Понимают: связи физических упражнений со здоровьем, ловить мяч двумя руками сразу после хлопка, правильный хват рейки лестницы, как минимизировать риски при выполнении прыжков через скакалку, лазания по лестнице. Материалы и оборудование: обручи диаметром 50 см для ОРУ, гимнастическая стенка, скакалки на 1 колонну, мячи на 1 колонну. Билингвальный компонент: ана – мама, эке – папа, мен – я, отбасы – семья

указывать на ошибки при выполнении лазания, отбивания мяча от пола, прыжках на одной ноге. **Задачи:** продолжать учить отбивать мяч об пол попеременно правой и левой рукой плавным движением кончиков пальцев. Упражнять в лазании по гимнастической лестнице разноименным способом. Продолжать закреплять умение прыгать на одной ноге между предметами; сохранять статическое равновесие на скамейке. Развивать координацию движений, двигательную находчивость. Воспитывать организованность, толерантность. Формировать умение высказывать свое мнение, отстаивать его, а также признавать свою неправоту в случае ошибки. **Воспроизводят:** отбивание мяча об пол одной рукой, лазание по гимнастической лестнице разноименным способом, оздоровительный массаж. **Понимают:** соединять разрезные картинки по видам спорта; согласовывать свои действия с действиями товарищей в команде; доброжелательно относиться друг к другу; принимать правильное исходное положение при отбивании мяча об пол, выполнять основные движения по подгруппам. **Применяют:** навыки выполнения ритмической гимнастики, согласования действий в паре, толерантного поведения; умение не опускаться на всю стопу, сохранять статическое равновесие на скамейке; умение высказывать свое мнение и отстаивать его.

Занятие №39

Дата: 12.12.2023г

Предшкола

Гаврилова М.А.

На свежем воздухе

Образовательные области: Здоровье. Коммуникация.**Раздел:** Физическая культура.**Тема:** Учимся играть в хоккей.**Цель:** знакомство детей с игрой в хоккей.**Задачи:** учить выполнять ведение шайбы в прямом направлении. Упражнять в передвижении парой. Продолжать развивать двигательную находчивость, глазомер, умение концентрировать свое внимание при использовании спортивного оборудования.**Формировать:** умение выбирать коммуникативное поведение, адекватные ситуации общения, интерес к занятиям спортом.**Применение технологий:** элементы соционгровой, кинезиологическая гимнастика.**Ожидаемый результат:****Воспроизводят:** упражнения с клюшкой, ведение шайбы по прямой.**Понимают:** назначение клюшки, шайбы, необходимость соблюдать технику безопасности при игре в хоккей, сохранять равновесие при передвижении парой, особенности геометрических фигур; выбирать поведение, адекватные ситуации общения.**Применяют:** навыки передвижения парой, ориентировки в пространстве, умение согласовывать действия в паре при выполнении заданий.**Занятие №40**

Дата: 13.12.23г

Предшкола

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.**Раздел:** Физическая культура.**Тема:** Мой друг веселый мячик.**Цель:** формирование обобщенных представлений о мире движений с мячом.**Задачи:** продолжать учить отбивать мяч об пол одной рукой, двигаться по прямой. Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках на двух ногах с мячом, зажатым между колен. Упражнять в подлезании под аркан различными способами с мячом в руках. Развивать ловкость и выносливость, двигательную находчивость. Воспитывать самостоятельность.**Применение технологий:** здоровьесбережение «Су-джоу» – упражнения с шариком по активизации речи, развитию мелкой моторики пальцев рук и повышению иммунитета.**Ожидаемый результат:****Воспроизводят:** выполнение заданий под музыку, упражнения для развития творчества и преодоления стеснительности, отбивание мяча об пол поочередно правой и левой рукой, продвижение вперед, массаж головы.**Понимают:** группироваться в зависимости от способа ползания, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, помогать себе взмахом рук, ролевые действия в игре, последовательность выполнения движений, подчинять свои интересы интересам всей команды.**Применяют:** навыки выполнения ходьбы мячом в руках; с остановкой по сигналу; прыжков на двух ногах с продвижением вперед подлезания под аркан с мячом в руках.

Занятие №41**Предшкола****Дата:** 14.12.23г**Гаврилова М.А.****Образовательные области:** Здоровье. Социум.**Раздел:** Физическая культура.**Тема:** Игры моего двора.**Цель:** формирование нравственных представлений и социальной компетенции посредством игр.**Задачи:** продолжать учить отбивать мяч об пол одной рукой, двигаясь по прямой.

Упражнять в подлезании под аркан разными способами. Продолжать

формирование крепости здоровья и работоспособности ребенка.

Воспитывать толерантности, интерес к традиционным казахским играм.

Задачи: учить метать мелкие предметы в горизонтальную цель. Упражнять ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением задания, беге с увертыванием.

Развивать предметную ловкость, глазомер, умение концентрировать свое

внимание при неблагоприятных условиях (шум). Продолжать развивать

интерес к играм с асыками, воспитывать гражданственность и толерантность

Применение технологий: здоровьесбережение, дыхательная гимнастика у-шу, коррекция психоэмоционального фона, соционигровая.**Ожидаемый результат:***Воспроизводят:* упражнения для развития творчества и преодоления стеснительности, отбивание мяч об пол поочередно правой и левой рукой продвигаясь вперед, упражнение для напряжения и расслабления мышц «Дрыка».*Понимают:* переходить от одного вида движения к другому в соответствии с командой педагога, пробегать под серединой аркана при наименьшей амплитуде его вращения, подпрыгивать в момент прохождения аркана под ногами, группироваться в зависимости от способа ползания; доброжелательно относиться к другим детям.*Применяют:* умение сосредоточиваться и концентрировать свое внимание, навыки выполнения разных видов ходьбы, бега в медленном темпе, разделения пространства и ресурсов с другими детьми, толерантного поведения.**Материалы и оборудование:** мячи баскетбольные, аркан, асык.**Билингвальный компонент:** дос – друг, достар – друзья, халық ойындары – народные игры.**Занятие №42****Предшкола****Дата:** 19.12.23г**Гаврилова М.А.****Образовательные области:** Здоровье. Социум.**Раздел:** Физическая культура.**Тема:** Игры с асыками.**Цель:** развитие предметной ловкости посредством использования нестандартного оборудования.**Задачи:** Развивать ловкость и быстроту реакции в беге под вращающимся арканом, передаче асыка друг другу. Продолжать

формирование крепости здоровья и работоспособности ребенка.

Воспитывать толерантности, интерес к традиционным казахским играм.

Задачи: учить метать мелкие предметы в горизонтальную цель. Закреплять навык подбрасывания и ловли мелких предметов (асыков) из положения «сед по-турецки».

Развивать предметную ловкость, глазомер, умение концентрировать свое

внимание при неблагоприятных условиях (шум). Продолжать развивать

интерес к играм с асыками, воспитывать гражданственность и толерантность

Понимают: термин «асык», действия с асыками, сохранять равновесие, смотреть

вперед при выполнении заданий, поднимать асыки только по команде педагога.

Применяют: навык толерантного поведения; подбрасывания и ловли мелких предметов, ходьбы и бега врассыпную, умение манипулировать мелкими предметами, ориентироваться в пространстве зала.**Материалы и оборудование:** аркан, асык.

Занятие №43

Дата: 20.12. 2023г

Предшкола

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Коммуникация.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Караван. Игры народов Средней Азии.

Цель: обогащение двигательного опыта детей посредством использования игр народов Азии.

Задачи: продолжать учить метать мелкие предметы в горизонтальную цель, принимать правильное исходное положение. Упражнять в прыжки на одной ноге в разном направлении. Закреплять навык подбрасывания и ловли мелких предметов (камешки) из положения седа на пятки.

Занятия №44

Дата 21.12.23г

предшкола

Гаврилова М.А.

На свежем воздухе

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Упражнения на льду.

Цель: совершенствование навыков игры в хоккей.

Задачи: учить выполнять бросок шайбы в прямом направлении. Упражнять в переносе предмета парой, скольжении по ледяным дорожкам. Продолжать развивать двигательную находчивость, глазомер, умение сосредоточиваться и концентрировать свое внимание при использовании спортивного оборудования. Воспитывать интерес к играм на льду.

Применение технологий: здоровьесбережение – упражнения для профилактики нарушения зрения и активизации работы мышц глаз.

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: бросок шайбы в цель, скольжение по ледяной дорожке.*Понимают:* назначение клюшки и шайбы, необходимость соблюдать технику безопасности при скольжении, как сохранить равновесие при скольжении, как встать в пару, необходимость быть внимательным при обращении с клюшкой и шайбой.*Применяют:* навыки бега колонной, выполнения упражнений с клюшками, ходьбы парами, командной работы, ориентировки в пространстве.**Занятие №45**

Предшкола

Дата: 26.12.23г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Социум.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Наурзумский заповедник.

Цель: развитие кинестических факторов развития ребенка (ощущение и анализ движения), формирование экологической культуры.

Задачи: учить перебрасывать мяч друг другу с расстояния 2,5м, встречать летящий мяч мягким движением согнутых рук. Упражнять в ползании по бревну на четвереньках. Продолжать упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по следам. Развивать

выразительность движений, ритмичность; способствовать формированию экологической культуры, гражданственности.

Применение технологий: ИКТ «Наурзумский заповедник», дыхательная гимнастика, мелодии зимнего леса.

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: корригирующие упражнения, дыхательную гимнастику, ролевые действия в игре.*Понимают:* движение животных, правила поведения в лесу, как бросать мяч в руки партнеру, двигаться равномерно и ритмично точно по следу.*Применяют:* умение менять направление движения в колонне, ползать на четвереньках по бревну, становиться парами для бросания мяча друг другу.

Занятие №46**Дата: 27.12. 2023г****Образовательные области:** Здоровье. Познание.**Раздел:** Физическая культура.**Тема:** Смелые муравьишки.**Цель:** развитие координационных способностей при выполнении движений, закрепление навыков конструирования всей группой, ощущения себя как части природы.**Задачи:** упражнять в прыжках с места в высоту (15см), в лазании по гимнастической стенке разноименным способом. Продолжать совершенствовать навыки ходьбы и бега между предметами, ходьбы с перешагиванием через предметы. Упражнять в ходьбе по аркану боком приставным шагом с предметом на голове. Развивать выносливость, ловкость, координацию движений. Воспитывать коллективизм, бережное отношение к природе, к себе как части природы.**Ожидаемый результат:****Воспроизводят:** ходьбу по аркану боком приставным шагом с предметом на голове, постройку здания из модулей, релаксацию «Отдых».**Понимают:** брать рейку лестницы правильным хватом, выполнять чередующийся шаг, сохранять равновесие при перешагивании через предметы, необходимость бережно относиться к природе, человек тоже является частью природы.**Применяют:** навыки выполнения ходьбы и бега в колонне по одному со сменой направления, прыжка с места в высоту сохранения равновесия, ориентировки в пространстве, координации движений, конструирования.**Занятие №47****Дата: 28.12. 2023г****Образовательные области:** Здоровье. Познание.**Раздел:** Физическая культура.**Тема:** Смелые муравьишки.**Цель:** развитие координационных способностей при выполнении движений, закрепление навыков конструирования всей группой, ощущения себя как части природы.**Задачи:** упражнять в прыжках с места в высоту (15см), в лазании по гимнастической стенке разноименным способом. Продолжать совершенствовать навыки ходьбы и бега между предметами, ходьбы с перешагиванием через предметы. Упражнять в ходьбе по аркану боком приставным шагом с предметом на голове. Развивать выносливость, ловкость, координацию движений. Воспитывать коллективизм, бережное отношение к природе, к себе как части природы.**Ожидаемый результат:****Воспроизводят:** ходьбу по аркану боком приставным шагом с предметом на голове, постройку здания из модулей, релаксацию «Отдых».**Понимают:** брать рейку лестницы правильным хватом, выполнять чередующийся шаг, сохранять равновесие при перешагивании через предметы, необходимость бережно относиться к природе, человек тоже является частью природы.**Применяют:** навыки выполнения ходьбы и бега в колонне по одному со сменой направления, прыжка с места в высоту сохранения равновесия, ориентировки в пространстве, координации движений, конструирования.

Занятие №48 Предшкола
 Дата: 09.01.24г Гаврилова М.А.
 Образовательная область: Здоровье.
 Раздел: Физическая культура.
 Тема: Мир мультфильмов.

Цель: учить спускаться с гимнастической лестницы по диагонали, применять опорные схемы для выполнения заданий.

Задачи: учить спускаться с гимнастической лестницы по диагонали, переходить с пролета на пролет. Продолжать закреплять умение сохранять устойчивое равновесие, расходиться вдвоем на скамейке, начиная идти с двух сторон. Упражнять в прыжках в глубину с высоты 30 см в обозначенное место. Развивать внимание, мышление, самостоятельность. Воспитывать дружелюбие, позитивное мироощущение, уважительное отношение к окружающим.

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: переход с пролета на пролет по диагонали, приставным шагом, командную игру с ловлей мяча.

Понимают: выполнять задания в соответствии со схемами, приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании в глубину, правильно держаться за перекладину гимнастической лестницы; уважительно относиться к друзьям.

Применяют: навыки ходьбы с выполнением заданий, сохранения равновесия после приземления при спрыгивании в глубину, навыки лазания по гимнастической стенке, ловли мяча.

Занятие №49

Дата: 10.01.24г Гаврилова М.А.
 Образовательные области: Здоровье, Социум.
 Раздел: Физическая культура.
 Тема: Мир вокруг нас.

Цель: обогащать представления о природных зонах и ландшафте, учить лазить до верха и спускаться по диагонали.

Задачи: продолжать учить спускаться с гимнастической лестницы по диагонали, переходить с пролета на пролет. Совершенствовать умение бежать ритмично, делая короткие шаги, не ускоряя и не замедляя темп. Упражнять в катании фитболов (мячей) в произвольном направлении, прыжках через 5 шнуров. Развивать координационные

способности, общую выносливость, навыки рационального дыхания. Формировать ценностное отношение к окружающему миру, к себе как части этого мира.

Применение технологий: дыхательная, пальчиковая гимнастики; ИКТ «Подводный мир».

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: переход с пролета на пролет по диагонали, приставным шагом, дыхательную гимнастику, релаксацию «Подводный мир».

Понимают: соответствие цвета определенному миру, человек является частью окружающего мира, необходимость бережно относиться к окружающей природе, выполнения задания, не сталкиваться при катании фитболов, переходить с кочки на кочку в игре.

Применяют: навыки выполнения пальчиковой гимнастики, катания фитболов, рационального дыхания; умение бегать в медленном темпе, выпрямляться после приземления при прыжках в высоту.

Материалы и оборудование: гимнастическая скамейка (высота скамейки 30 см, ширина 20 см) – 4 шт., обручи для игры.

Занятие №50

Дата: 11.01.24г

Предшкола

Гаврылова М.А.

На свежем воздухе.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Ходьба на лыжах.

Цель: обучение ходьбе на лыжах.

Задачи: познакомить детей с ходьбой на лыжах, учить принимать правильное исходное положение, создающее правильный начальный цикл движения. Упражнять в ходьбе по лыжне ступающим шагом. Развивать ориентировку в пространстве, выносливость, быстроту реакции. Формировать интерес к занятиям спортом, воспитывать организованность, целеустремленность.

Применение технологий: гимнастика для глаз по методике И.В. Чупаха.

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: ходьбу на лыжах, подготовительные упражнения.

Понимают: как принимать стойку лыжника, т.е. исходное положение для ходьбы на лыжах, как минимизировать риски при падении.

Применяют: навыки ориентировки в пространстве, контроля пространства и тела, умение выполнять корректирующие упражнения, адекватно оценивать свои действия.

Оборудование: лыжи по количеству детей.

Базингивальный компонент: сагат – часы, жаттыгу коздер үшін – упражнения для глаз.

Занятие №51 Предшкола.

Дата: 16.01.24г. Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Социум.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Путешествие по Африке.

Цель: бросание мяча вдаль двумя руками из-за головы, в положении сидя, обобщение знаний животного мира Африки.

Задачи: учить бросать мяч вдаль двумя руками из-за головы, в положении сидя, отводить назад за голову руки с мячом. Упражнять в катании набивных мячей между кеглями, поставленными в ряд на расстоянии 80см друг от друга, прыжках в длину с места.

Закреплять умение выполнять ползание на четвереньках с опорой на предплечья и колени с перелезанием через предметы, развивать координацию движений рук и ног. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве, ритмичность и выразительность движений.

Воспитывать доброжелательность, позитивное восприятие окружающего мира.

Применение технологий: логоритмика «Жаркие страны», массаж лица-цели; предотвращение простудных заболеваний путем воздействия на активные точки лица.

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: прыжки в длину с места, логоритмику «Жаркие страны», массаж лица.

Понимают: животных Африки, держать мяч хватом с двух сторон, выпрямлять согнутые руки при броске мяча, дальность броска зависит от силы; выполнять движение только по сигналу; что длина прыжка зависит от энергичного толчка ног.

Применяют: навыки выполнения движений только по сигналу, катания набивных мячей; ползания на четвереньках с опорой на предплечья и колени; умение менять направление бега.

Материалы и оборудование: набивные мячи весом 1кг – 4 шт.

Билингвальный компонент: мынау не? – что это? гүл – цветок, баяу жүгіріс – бег медленный, баяу – медленно.

Занятие №52

Предшкола

Дата: 17.01.24г.

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Социум.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Путешествие по континентам.

Цель: бросание мяча вдаль одной рукой, формирование навыков самоконтроля при выполнении движений; обогащение знаний о континентах и способах путешествия.

Задачи: учить бросать набивной мяч вдаль одной рукой, придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным выпрямлением руки. Закреплять лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет по диагонали.

Упражнять в прыжках на двух ногах, ходьбе с мячом, зажатым между колен. Развивать ловкость и двигательную находчивость, ориентировку в пространстве. Воспитывать позитивное восприятие окружающего мира, интерес к активному отдыху как форме двигательной активности.

Применение технологий: ТРИЗ, соционгровая, логоритмика, ИКТ «Материки», релаксация «Звездочка».

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: логоритмику «Жаркие страны», лазание по гимнастической стенке вверх по диагонали приставным шагом, спуск вниз чередующимся шагом, релаксацию «Звездочка».

Понимают: материки, способы путешествия, что путешествие – это форма активного отдыха, дальность броска зависит от силы, выполнять движения только по сигналу, принимать правильные исходные положения.

Применяют: навыки выполнения игровых упражнений «проезд на лодке, самолет» движений только по сигналу; умение прыгать на двух ногах, с мячом зажатым между колен.

Материалы и оборудование: слайды по теме «Материки», набивные мячи диаметром 8см, мячи резиновые диаметром 20см.

Билингвальный компонент: мынау не? – что это? гүл – цветок, баяу жүгіріс – бег медленный, баяу – медленно.

Занятие №53

Предшколя

Дата: 18.01.24г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Байконур.

Цель: формирование умения координировать действия при совместном решении двигательных задач.

Задачи: учить выполнять ходьбу по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, а другую пронося прямой вперед сбоку скамейки. Продолжать упражнять в лазании по гимнастической стенке, в прыжках через предметы высотой 15 см. Развивать ловкость, силу, быстроту реакции, внимание. Воспитывать гражданственность, организованность, уверенность в своих силах, умение выбирать коммуникативное поведение, адекватное ситуации общения.

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: ходьбу по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, а другую пронося прямой вперед сбоку скамейки, ходьбу в колонне через середину зала, релаксацию.

Понимают: равнение в колонне, в шеренге, значение слов «космонавт, ракета», как правильно держаться за перекладину гимнастической лестницы, выполнять задания всей колонной, ходьбу в колоннах через середину зала.

Применяют: навыки выполнения бега широким и мелким шагом в чередовании с ходьбой, выполнения поворотов направо-налево, навыки лазания по гимнастической лестнице, умение ориентироваться в пространстве, общаться в команде в контексте сложившейся ситуации

Занятие №54

Предшколя

Дата: 23.01.24г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Познание. Социум.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Космическое путешествие за пределы Солнечной системы (с элементами хвоста).

Цель: развивать умение применить свой опыт в воображаемой ситуации, четко выполнять инструкции; формирование умения координировать действия при совместном решении двигательных задач.

Задачи: продолжать закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре (ходули), скольжения. Упражнять в беге широким и мелким шагом, ходьбе с изменением направления. Развивать ловкость, быстроту реакции, внимание, аналитическое мышление. Воспитывать организованность, уверенность в своих силах, умение выбирать коммуникативное поведение, адекватные ситуации общения.

Применение технологий: хвост, здоровьесбережение – дыхательная гимнастика у-шу,

ИКТ- презентации: «Дикие животные родного края», элементы технологии М.

Монтессори.

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: ходьбу на ходулях, скольжения в пластиковых бутылках, дыхательную гимнастику.

Понимают: значение слов «космонавт, ракета»; выполнять передвижение по предложенной схеме-инструкции; выполнять задания всей группой, использования жестов для приветствия и выражения дружелюбия.

Применяют: навыки выполнения бега широким и мелким шагом в чередовании с ходьбой, выполнения поворотов направо-налево; аналитического мышления, умение ориентироваться в пространстве, общаться в команде в контексте сложившейся ситуации.

Занятие №55

Дата: 24.01.24г

На свежем воздухе.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Ходьба на лыжах.

Цель: повышение тренированности и выносливости организма посредством выполнения упражнений с постепенным наращиванием нагрузок.

Задачи: совершенствовать умение, как можно дольше скользить на одной ноге.

Развивать ориентировку в пространстве, выносливость, быстроту реакции. Формировать интерес к занятиям спортом, воспитывать организованность, целеустремленность.

Развивать самостоятельную двигательную активность. Формировать понимание важности ведения ЗОЖ.

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: упражнения для развития координации «глаз-рука», ходьбу по лыжне скользящим шагом друг за другом.

Понимают: как принимать стойку лыжника, т.е. исходное положение для ходьбы на лыжах, что скорость ходьбы на лыжах зависит от правильности выполнения движений и от частоты шагов, ходьба на лыжах – форма ЗОЖ, способствует укреплению здоровья, как минимизировать риски при падении.

Применяют: навыки ориентировки в пространстве, умение сохранять статическое равновесие.

Занятие №56

Дата: 25.01.24г.

Образовательные области: Здоровье. Познание.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Путешествие по временам года.

Цель: совершенствование навыков метания, интеграции анализаторных систем.

Задачи: продолжать учить выполнять метание снежков в вертикальную цель, выполнять замах крутовым маховым движением руки. Закреплять прыжки через короткую скакалку, прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катить перед собой набивной мяч (равновесие). Упражнять в беге между предметами, с преодолением препятствий, Развивать ловкость, силу, выносливость, умение концентрировать внимание.

Воспитывать патриотизм, бережное отношение к окружающему миру, к себе как частичке этого мира

Предшкола
Гаврилова М.А.

Предшкола

Гаврилова М.А.

Занятие №57
Дата: 30.01.24г

Предшкола
Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье, Познание, Социум.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Космическое путешествие за пределы Солнечной системы (с элементами квеста).

Цель: развивать умение применять свой опыт в воображаемой ситуации, четко выполнять инструкции; формирование умения координировать действия при совместном решении двигательных задач.

Задачи: продолжать закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре (ходули), скольжения. Упражнять в беге широким и мелким шагом, ходьбе с изменением направления. Развивать ловкость, быстроту реакции, внимание, аналитическое мышление. Воспитывать организованность, уверенность в своих силах, умение выбирать коммуникативное поведение, адекватные ситуации общения.

Применение технологий: квест, здоровьесбережение – дыхательная гимнастика у-шу, ИКТ- презентации: «Дикие животные родного края», элементы технологии М. Монтессори.

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: ходьбу на ходулях, скольжения в пластиковых бутылках, дыхательную гимнастику.

Понимают: значение слов «космонавт, ракета»; выполнять передвижение по предложенной схеме-инструкции; выполнять задания всей группой, использования жестов для приветствия и выражения дружелюбия.

Применяют: навыки выполнения бега широким и мелким шагом в чередовании с ходьбой, выполнения поворотов направо-налево; аналитического мышления, умение ориентироваться в пространстве, общаться в команде в контексте сложившейся ситуации.

Занятие №58
Дата: 31.01.24г

Предшкола
Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Состязание джигитов.

Цель: повышение уровня произвольности действия посредством заданий соревновательного типа (эстафет).

Задачи: упражнять в ползании между рейками лестницы, поставленной вертикально, развивать координацию движений рук и ног. Закреплять умение прокатывать фитбол «змейкой» между предметами, прыгать на хоп-фитболе между предметами. Развивать ловкость, силу, выносливость, умение использовать свой двигательный опыт, выполнять задания в команде и соблюдать правила проведения эстафет. Воспитывать ценностное отношение к культуре народов РК.

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: общеразвивающие упражнения для профилактики сколиоза и плоскостопия, снятие психоэмоционального напряжения.

Понимают: термин «джигит», состязание между джигитами – часть традиций и культуры РК; правила выполнения эстафет, согласовывать действия в команде, энергично отталкиваться от пола и мягко приземляться на полусогнутые ноги при выполнении

прыжка на фитболе. *Применяют:* умение принимать исходное положение, навыки прокатывания фитбола между предметами, построения и перестроения, ползания между предметами, выполнения эстафет.

Февраль

Занятие №59

Предшколя

Дата: 01.02.2024г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Коммуникация

Раздел: Физическая культура.

Тема: Имена, овеянные славой.

Цель: выполнение эстафет на основе этнопедагогики, обогащение знаний о батырах.

Задачи: продолжать упражнять в метании предметов в вертикальную цель (расстояние 4 м).

Упражнять в прыжках на двух ногах через палки, положенные в ряд. Закреплять навыки ползания, развивать координацию движений рук и ног. Совершенствовать умение владеть своим телом, выполнять перекаты живота на спину с продвижением вперед с мячом в руках. Развивать ловкость, силу, выносливость. Воспитывать патриотизм, активную гражданскую позицию, стремление прийти на помощь более слабым, умение подчинять свои интересы интересам команды.

Ожидаемый результат:

Воспроизводит: дыхательную гимнастику, метание мячей в вертикальную цель, перекаты туловища с мячом в руках.

Понимают: термин «батыр», роль в истории Казахстана, исходные положения – сел, упор присев, упор лежа, стойка на правом (левом) колене, лежа на животе, спине, попасть в центр мишени, прыгать в середину между палками, стремиться к победе команды.

Применяют: умение сохранять дистанцию при ходьбе и беге, навыки построения и перестроения, ползания, прыжка через палки, толерантного поведения.

Занятие №60

Предшколя

Дата: 13.02.2024г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Коммуникация

Раздел: Физическая культура.

Тема: Скоросты

Цель: обучение ходьбе на лыжах.

Задачи: учить выполнять ходьбу по лыжне скользящим шагом в обход ряда предметов.

Совершенствовать умение, как можно дольше скользить на одной ноге, выполнять приставные шаги на лыжах в сторону. Развивать ориентировку в пространстве, выносливость, быстроту реакции. Формировать интерес к занятиям спортом, воспитывать организованность, целеустремленность. Ожидаемый результат: Воспроизводят: приставные шаги на лыжах в сторону, ходьбу на лыжах, мимическую гимнастику. Понимают: излишняя торопливость уменьшает скольжение и снижает скорость, как минимизировать риски при обходе предметов. Применяют: умение принимать стойку лыжника, навыки контроля пространства и предметов при выполнении упражнений, напряжения и расслабления мышц, ориентировки в пространстве. Материалы и оборудование: лыжи, конусы, флажки красного и зеленого цвета. Билингвальный компонент: дуал – забор, Мұқият бол – будь внимательным, жасыл – зеленый, қызыл – красный.

Занятие №61

Предшколя

Дата: 14.02.2024г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Коммуникация

Раздел: Физическая культура.

Тема: Скоросты

Цель: обучение ходьбе на лыжах.

Задачи: учить выполнять ходьбу по лыжне скользящим шагом в обход ряда предметов.

Совершенствовать умение, как можно дольше скользить на одной ноге, выполнять приставные шаги на лыжах в сторону. Развивать ориентировку в пространстве, выносливость, быстроту реакции. Формировать интерес к занятиям спортом.

Упражнение «Аист». Поднять согнутую в колене ногу, удерживать лыжу в горизонтальном положении по 10 секунд (4 раза). Упражнение «Рисуем забор». Выполнять приставные шаги на лыжах в сторону (4 раза).

Занятие №62 Предшкола
Дата 15.02.24г Гаврилова М.А.
Образовательная область: Здоровье.
Раздел: Физическая культура.

Тема: Батыры (использование круговой тренировки).

Цель: формирование навыков самоконтроля движений и пространства при выполнении элементов круговой тренировки.

Задачи: продолжать совершенствовать метание асыков в горизонтальную цель.

Упражнять в беге в медленном темпе, лазании по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет по диагонали, прыжках в высоту с места. Совершенствовать умение владеть своим телом, выполнять вис на канате. Развивать ловкость, силу, выносливость, самостоятельность. Воспитывать ценностное отношение к истории, стремление прийти на помощь более слабым, умение использовать свой двигательный опыт, концентрировать внимание.

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: парные общеразвивающие упражнения, дыхательную гимнастику, метание асыков в горизонтальную цель способом «прямой рукой снизу», вис на канате.

Понимают: термин «батыр», роль батыров в истории Казахстана, поговорки о батырах, попасть в центр мишени, согласовывать действия в паре при выполнении ОРУ, особенности выполнения заданий круговой тренировки.

Применяют: умение сохранять дистанцию при ходьбе и беге, принимать исходное положение, выполнять задания самостоятельно в виде круговой тренировки, навыки построения и перестроения, лазания по гимнастической стенке разноименным способом самоконтроля движения и пространства.

Занятие № 63 Предшкола
Дата: 20.02.24г Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Батыры (использование круговой тренировки).

Цель: формирование навыков самоконтроля движений и пространства при выполнении элементов круговой тренировки.

Задачи: продолжать совершенствовать метание асыков в горизонтальную цель.

Упражнять в беге в медленном темпе, лазании по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет по диагонали, прыжках в высоту с места. Совершенствовать умение владеть своим телом, выполнять вис на канате. Развивать ловкость, силу, выносливость, самостоятельность. Воспитывать ценностное отношение к истории, стремление прийти на помощь более слабым, умение использовать свой двигательный опыт, концентрировать внимание.

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: парные общеразвивающие упражнения, дыхательную гимнастику, метание асыков в горизонтальную цель способом «прямой рукой снизу», вис на канате.

Понимают: термин «батыр», роль батыров в истории Казахстана, поговорки о батырах, попасть в центр мишени, согласовывать действия в паре при выполнении ОРУ, особенности выполнения заданий круговой тренировки.

Применяют: умение сохранять дистанцию при ходьбе и беге, принимать исходное положение, выполнять задания самостоятельно в виде круговой тренировки, навыки построения и перестроения, лазания по гимнастической стенке разноименным способом самоконтроля движения и пространства

Занятие №64

Предшкола

Дата: 21.02.24г

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Социум.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Мерген (элементы круговой тренировки).

Цель: развитие меткости, обогащение знаний о традиционных занятиях кочевников.

Задачи: упражнять в равновесии – вбегать и сбегать по наклонной доске, балансировать на повышенной опоре. Совершенствовать умение выполнять замах слитно, посылать предмет в центр мишени. Продолжать упражнять в подлезании на повышенной опоре, продолжать формировать умение группироваться, сохранять равновесие. Развивать ловкость, силу, выносливость, коммуникативную компетентность. Воспитывать ценностное отношение к традициям и истории, умение использовать свой двигательный опыт, выполнять задания самостоятельно.

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: восстановление дыхания после бега, метание мешочков в вертикальную цель, специальные упражнения для снятия психоэмоционального напряжения.

Понимают: «охота» как один из древнейших видов деятельности человека, пользу двигательной активности на свежем воздухе; историю подвигов батыра Богенбая, уважительно относиться к героям, что люди чтят память героя, виды древнего оружия для охоты.

Применяют: навыки самоконтроля движения и пространства, выполнения упражнений с палкой; сенсорно-моторную координацию, развитые глазомер и двигательные качества, умение сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре.

Занятие №65

предшкола

Дата: 22.02.24г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Аншылар.

Цель: формирование осознанного и самостоятельного использования объема знаний и умений в различных условиях, обогащение знаний о традиционных занятиях кочевников.

Задачи: развивать координацию движений рук и ног при ползании по-пластунски.

Упражнять в ходьбе с высоким пониманием колен, продолжать формировать умение сохранять динамическое равновесие. Совершенствовать умение выполнять бег между предметами. Развивать ловкость, силу, выносливость, коммуникативную компетентность.

Воспроизводит: восстановление дыхания после бега.

Понимают: «охота» как один из древнейших видов деятельности человека, пользу двигательной активности на свежем воздухе; виды древнего оружия для охоты; поднимать бедро под углом 90° , двигаться как можно ближе к палкам, ролевые действия в игре.

Применяют: навыки выполнения упражнений с палкой; бега между предметами, сенсорно-моторную координацию, развитые глазомер и двигательные качества, умение сохранять равновесие при ходьбе, согласовывать движения согнутых рук и ног при ползании по-пластунски.

Занятие №66

Предшкола.

Дата: 27.02.24г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Игры на кыстау.

Цель: формирование умения выбирать оптимальный способ действия для достижения лучшего результата при выполнении заданий с нестандартным оборудованием.

Обогащение знаний о деятельности табунщиков на зимнем пастбище.

Задачи: учить выбирать оптимальный способ ползания и подлезания под шестами, положенными в ряд, поднятыми на высоту 40-30-20см. Упражнять в прыжках вокруг песта на одной ноге с продвижением вперед, совершенствовать умение не спускаться на всю стопу. Развивать аналитическое мышление, умение принимать нестандартное решение, ловкость, силу, выносливость, коммуникативную компетентность.

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: массаж ушных раковин, упражнение для формирования позитивного мироощущения.

Понимают: «кыстау» зимние стойбища с пастбищами (зимовья), связь между способом ползания и достижением лучшего результата, выбирать оптимальный способ действия, пользу двигательной активности на свежем воздухе; поднимать бедро под углом 90° , выполнять толчок опорой на переднюю часть стопы, чередовать прыжки на правой и левой ноге.

Применяют: навыки выполнения упражнений с шестом; бега в медленном темпе, прыжков на одной ноге, выполнения заданий индивидуально и в группе; сенсорно-моторную координацию, развитые глазомер и двигательные качества, умение сохранять равновесие при разных видах деятельности, согласовывать движения согнутых рук и ног при ползании по-пластунски.

Занятие №67

Предшкола

Дата: 28.02.24г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Обгони ветер.

Цель: применение разных способов группировки в зависимости от высоты натянутого шнура. **Задачи:** продолжать учить выполнять ходьбу на лыжах с выполнением заданий. Закреплять умение выполнять повороты, переступая на месте вокруг посков лыж на 180° . Развивать ловкость, выносливость, быстроту реакции. Воспитывать умение осознавать и уважать собственные нужды и взгляды, также нужды и взгляды других при разделении пространства и ресурсов.

Ожидаемый результат:

Воспроизводят: приставные шаги на лыжах в сторону, ходьбу на лыжах скользящим шагом.

Понимают: что тактика группировки зависит от высоты натянутого шнура, как минимизировать риски при выполнении заданий, уважать нужды других при разделении пространства.

Применяют: умение сгибать ноги в коленях и переносить тяжесть тела на выдвигаемую вперед ногу, навыки ориентировки в пространстве.

Материалы и оборудование: стойки, на которые на разной высоте натягивается шнур; лыжи.

Занятие №68

Предшкола

Дата: 29.02.24г.

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Социум.

Раздел: Физическая культура. Тема: Игры на жайляу.

Цель: формирование кинетического (чувство движения) и пространственного (чувство схемы тела) факторов развития детского организма.

Задачи: продолжать учить выбирать оптимальный способ действия для достижения лучшего результата при ползании под арканами, поднятыми на высоту 40-30-20 см, прыжках через аркан, поднятым на высоту 20- 30 см. Упражнять в катании фитболов в разном направлении, развивать мелкую моторику. Закреплять умение перестраиваться в колонну по одному и по два в движении, согласовывать свои шаг с шагом ребенка в паре. Развивать аналитическое мышление, умение использовать свой двигательный опыт, ловкость, силу, выносливость. Воспитывать ценностное отношение к природе, интерес к труду в разное время года. Применение технологий: ИКТ « Жайляу», упражнения с фитболами для профилактики нарушений осанки. Ожидаемый результат: Воспроизводят: упражнения с фитболами. Понимают: «жайляу» – летнее пастбище, связь между способом выполнения прыжков и достижением лучшего результата, выбирать оптимальный способ действия, пользу двигательной активности на свежем воздухе; подталкивать фитболы энергичным движением пальцев. Применяют: навыки выполнения ходьбы и бега в колонне по одному и по два, катания фитболов; умение использовать толчковую ногу и своевременный взмах рук, сохранять равновесие при разных видах деятельности. Материалы и оборудование: фитболы, арканы, стойки к ним. Билингвальный компонент: жайляу – летнее пастбище.

MART

Занятие №69

Предшкола

Дата: 05.03.24г.

Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Социум.

Раздел: Физическая культура. Тема: Игры на жайляу.

Цель: формирование кинетического (чувство движения) и пространственного (чувство схемы тела) факторов развития детского организма.

Задачи: продолжать учить выбирать оптимальный способ действия для достижения лучшего результата при ползании под арканами, поднятыми на высоту 40-30-20 см, прыжках через аркан, поднятым на высоту 20- 30 см. Упражнять в катании фитболов в разном направлении, развивать мелкую моторику. Закреплять умение перестраиваться в колонну по одному и по два в движении, согласовывать свои шаг с шагом ребенка в паре. Развивать аналитическое мышление, умение использовать свой двигательный опыт, ловкость, силу, выносливость. Воспитывать ценностное отношение к природе, интерес к труду в разное время года. Применение технологий: ИКТ « Жайляу», упражнения с фитболами для профилактики нарушений осанки. Ожидаемый результат: Воспроизводят: упражнения с фитболами. Понимают: «жайляу» – летнее пастбище, связь между способом выполнения прыжков и достижением лучшего результата, выбирать оптимальный способ действия, пользу двигательной активности на свежем воздухе; подталкивать фитболы энергичным движением пальцев. Материалы и оборудование: фитболы, арканы, стойки к ним. Билингвальный компонент: жайляу – летнее пастбище.

Занятие №70

Предшкола

Дата: 06.03.24г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: С арканом играй – здоровье укрепляй.

Цель: применение двигательного опыта при изменении заданий с использованием аркана.
Задачи: продолжать учить применять разные виды подлезания под аркан. Упражнять в беге под вращающимся арканом, ходьбе по аркану боковым приставным шагом разным способом (профилактика сколиоза и плоскостопия). Закреплять умение выполнять фигурную ходьбу, согласовывать свой шаг с шагом других детей, перепрыгивать через аркан в момент прохождения под ногами. Развивать смелость, ловкость, быстроту реакции, координацию движений. Воспитывать ценностное отношение к традициям, толерантность, интерес к казахским играм. Применение технологий: остеопатические упражнения.
Ожидаемый результат: Воспроизводят: остеопатические упражнения. Понимают: выбирать оптимальный способ действия, соотносить изображение на карточке с выполнением техники движения, выполнять движения под арканом в момент наивысшей амплитуды вращения, перепрыгивать через аркан, когда он проходит под ногами, соблюдать технику безопасности. Применяют: навыки выполнения ходьбы и бега в колонне по одному врассыпную, навыки правильного рационального дыхания при различных нагрузках; выполнения основных движений по подгруппам; умение выполнять энергичные прыжки вверх, сохранять равновесие при разных видах движений. Материалы и оборудование: карточки для игры, арканы (канаты) длиной 2.5 м – 3шт. Билингвальный компонент: жаяу аркасымен алға – ходьба спиной вперед, сапка тұрыңдар – встаньте в шеренгу, дем алу - дем шығару – вдох-выдох.

Занятие №71

Предшкола

Дата: 07.03.24г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье. Раздел: Физическая культура.

Тема: Тренируемся самостоятельно

Цель: формирование умения забрасывать мяч в корзину, формирование двигательной и слуховой памяти

Задачи: продолжать учить забрасывать мяч в корзину, направлять мяч к цели с одновременным разгибанием ног. Продолжать упражнять в беге широким шагом. Продолжать закреплять умение по диагонали переходить с пролета на пролет, переступать приставным шагом, перехватывать руками перекладины лестницы. Развивать ловкость, выносливость, гибкость, аналитическое мышление. Формировать умение заниматься самостоятельно, выполнять точно указания педагога, навыки самоконтроля движений и пространства.

Занятие №72

Дата: 12.03.24г

Образовательная область: Здоровье. Раздел: Физическая культура.

Тема: Тренируемся самостоятельно

Цель: формирование умения забрасывать мяч в корзину, формирование двигательной и слуховой памяти

Задачи: продолжать учить забрасывать мяч в корзину, направлять мяч к цели с одновременным разгибанием ног. Продолжать упражнять в беге широким шагом. Продолжать закреплять умение по диагонали переходить с пролета на пролет, переступать приставным шагом, перехватывать руками перекладины лестницы. Развивать ловкость, выносливость, гибкость, аналитическое мышление. Формировать умение заниматься самостоятельно, выполнять точно указания педагога, навыки самоконтроля движений и пространства.

Занятие №73

Предшколя

Дата: 13.03.24г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье. Раздел: Физическая культура.

Тема: Подари тепло другу.

Цель: Формирование навыков саморегуляции поведения, продолжать учить забрасывать мяч в корзину.

Задачи: продолжать учить забрасывать мяч в корзину, направлять мяч к цели с одновременным разгибанием ног. Продолжать упражнять в беге широким шагом. Продолжать закреплять умение по диагонали переходить с пролета на пролет, переступать приставным шагом, перехватывать руками перекладины лестницы. Развивать ловкость, выносливость, гибкость, аналитическое мышление. Формировать умение заниматься самостоятельно, выполнять точно указания педагога, навыки самоконтроля движений и пространства.

Занятие №74

Предшкола

Дата: 14.03.24г.

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье. Раздел: Физическая культура.

Тема: Эстафеты с элементами баскетбола

Цель: учить забрасывать мяч в корзину, формирование двигательной и слуховой памяти.

Задачи: способствовать повышению уровня произвольности двигательных действий.

Учить забрасывать мяч в корзину, направлять мяч к цели с одновременным разгибанием ног. Продолжать формировать умение лазать по гимнастической лестнице – по диагонали переходить с пролета на пролет, совершенствовать умение координировать движения рук и ног (переступать приставным шагом, перехватывать руками перекладины лестницы).

Упражнять в ходьбе по наклонной доске; развивать способность к удержанию.

Забрасывание мячей в корзину. Становятся в колонну на расстоянии 2 м от баскетбольного щита. Принимают правильное исходное положение: ноги согнуты в коленках, расставлены на ширине плеч, одна из них выставлена на полшага вперед. Тело направляется вперед, тяжесть его распределяется на обе ноги. Руки согнуты в локтях и находятся около туловища. Бросают мяч в корзину двумя руками от груди с места. Удерживая мяч на уровне груди, ребенок должен описать небольшую дугу вниз – на себя и, выпрямляя руки вверх. Кисти и пальцы раскрываются, выполняя направляющий толчок.

Занятие №75

Предшкола

Дата: 19.03.24г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Виды спорта.

Цель: обобщать знания о видах спорта; познакомить с игрой городки. Задачи: учить выбивать городок с полукона, придавать броску биты движение, направленное параллельно земле. Продолжать совершенствовать умение бросать мяч друг другу приемом из-за головы. Продолжать упражнять в беге широким шагом, в ходьбе по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, а другую пронося прямой вперед сбоку скамейки. Развивать ловкость, силу, выносливость, самостоятельность. Формировать навыки самоконтроля движений и пространства, умения выполнять задания в группе. Воспитывать желание заниматься физической культурой самостоятельно, стремление быть лидером. Ожидаемый результат: воспроизводят: выбивание городка с расстояния 3м, упражнения на мыслечную релаксацию с использованием зрительных образов. Понимают: названия видов спорта, оздоровительную пользу занятий спортом, правила игры в городки, бросать мяч в руки партнеру, сопровождать мяч взглядом, выполнять движения, противоположные показанным. Применяют: навыки выполнения различных видах ходьбы; построения и перестроения, бега широким шагом; умение выполнять общеразвивающие упражнения, ориентироваться в пространстве зала.

Занятие №76

Предшкола

Дата: 20.03.24г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура

Тема: Тренировка – формула побед! Круговая тренировка.

Цель: продолжать обогащать двигательный опыт детей посредством круговой тренировки; формировать умение владеть своим телом при балансировании на модуле, выполнении виса на канате, вращении туловища на диске «Здоровье», развивать навыки самостраховки и применения знаний по технике безопасности. Задачи: продолжать учить выполнять бег из разных исходных положений (лежа на живот; сидя по-турецки) развивать быстроту реакции, внимание. Совершенствовать умение катать мячи правой и левой ногой между предметами, передавать мяч с отскоком от пола из одной руки в другую. Упражнять в прыжках через скакалку. Закреплять навыки сохранения равновесия при ходьбе по узкой стороне скамейки. Развивать ловкость, силу, выносливость, самостоятельность.

Воспитывать трудолюбие, взаимовыручку, желание быть лучшим, организованность.

Материалы и оборудование: скамейка гимнастическая, мячи футбольные, мяч резиновый диаметром 15 см, диски «Здоровье», карточки-схемы упражнений для диска, жетоны для оценки, коробочка для жетонов по количеству детей, скакалки. Билингвальный компонент: отырындар – садитесь, тұрындар – встали, отыру – сесть, тұру – встать, иіліңдер – наклонитесь, иілу – наклониться, қотеру – поднять, тік тұру – стоять ровно (выпрямиться), тік тұрындар – встаньте ровно (выпрямитесь), тік тұрамыз – встанем ровно (выпрямимся), отыруға кезде шеңберіне – садитесь в круг, шеңберге тұрындар – встать в круг.

4 четверть апрель

Занятие №77

Предшкола

Дата: 02.04.24г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура

Тема: Тренировка – формула побед! Круговая тренировка.

Цель: продолжать обогащать двигательный опыт детей посредством круговой тренировки; формировать умение владеть своим телом при балансировании на модуле, выполнении виса на канате, вращении туловища на диске «Здоровье», развивать навыки самостраховки и применения знаний по технике безопасности. Задачи: продолжать учить выполнять бег из разных исходных положений (лежа на живот; сидя по-турецки) развивать быстроту реакции, внимание. Совершенствовать умение катать мячи правой и левой ногой между предметами, передавать мяч с отскоком от пола из одной руки в другую. Упражнять в прыжках через скакалку. Закреплять навыки сохранения равновесия при ходьбе по узкой стороне скамейки. Развивать ловкость, силу, выносливость, самостоятельность, разделять пространство при выполнении заданий, не мешать другим детям при выполнении заданий.

Занятие №78

Предшкола

Дата: 03.04.24г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Спортивный комплекс.

Цель: продолжать обогащать двигательный опыт детей посредством круговой тренировки; закреплять навыки выполнения элементов спортивных игр. Задачи: продолжать формировать навыки игры в баскетбол, ведения мяча двумя руками между предметами. Совершенствовать умение катать футбольные мячи правой и левой ногой в цель с расстояния 2 м; посылать биту медленным вращательным движением, направленным параллельно земле. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, развивать координацию движений при выполнении задания – на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок, навыки самостраховки. Развивать ловкость, силу, выносливость. Воспитывать привычку к занятиям спортом, ЗОЖ, желание быть лидером, дисциплинированность. Материалы и оборудование: скамейка гимнастическая, мячи футбольные, мячи баскетбольные, карточки по видам спорта, щит для отбивания, футбольного мяча. Билингвальный компонент: жүру бойынша скамейке – ходьба по скамейке.

Занятие №79

предшкола

Дата: 04. 04. 24г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Индивидуальная и групповая тренировки.

Цели: расширять представления о видах спорта – бег, прыжки в высоту; продолжать формировать навыки игры в баскетбол, футбол посредством метода «индивидуального маршрута».

Задачи: учить впрыгивать на предметы высотой 15 см, энергично отталкиваться от пола, помогать своевременным измахом рук. Закреплять навык ведения мяча одной рукой, дифференцировать силу удара по поверхности мяча, направлять движение мяча несколько в стороне от ноги. Совершенствовать умение катать футбольные мячи правой и левой ногой друг другу по кругу. Продолжать закреплять бег широким шагом, пробежать 10м с наименьшим числом шагов. Развивать ловкость, силу, выносливость. Воспитывать привычку к занятиям спортом, ЗОЖ, коммуникативные навыки, организованность. Применение технологий: здоровьесбережение – дыхательная гимнастика с произношением звуков пространстве зала. Материалы и оборудование: мячи футбольные, мячи баскетбольные, карточки по видам спорта. 196 Билингвальный компонент: ұстынына жүгіру екі-екіден – бег в колонне по два, жаяу колоннада бір-бірден – ходьба в колонне по одному.

Занятие №80

предшкола

Дата: 09.04.24г.

Гаврилова М.А.

На свежем воздухе Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Игры народов РК.

Цель: формировать умение согласовывать свои действия с действиями других игроков колонны при выполнении различных передвижений, менять направление движения в зависимости от изменения обстоятельств, воспитание толерантности.

Задачи: закреплять умение выполнять ролевые действия в контексте движений народных игр. Совершенствовать навыки перестроения колонну, круг, шеренгу в соответствии с правилами игр. Развивать ориентировку в пространстве, координацию движений, быстроту реакции. Формировать интерес к народным играм, воспитывать толерантность и уважительное отношение к традициям РК. Способствовать формированию умений общения, адекватных условиям реальной коммуникации

Занятие №81

Предшкола

Дата: 10.04.24г

Учитель Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Тренировка волейболистов.

Цель: познакомить воспитанников с командным видом спорта – волейбол. Развитие предметной ловкости посредством движений с мячом; умения согласовывать свои действия с действиями других игроков в паре при выполнении упражнений с мячом. Задачи: продолжать формировать навыки ходьбы с выполнением задания для рук, непрерывного бега в медленном темпе. Продолжать упражнять в построении и перестроении, в ориентировке в пространстве зала. Развивать предметную ловкость – ползать с мячом между колен с опорой на ладони и ступни; прокатывать мяч одной и двумя руками; ходить с мячом, зажатым между ступнями; бросать мяч за спину. Развивать мелкую моторику, навыки самоконтроля. Воспитывать мотивацию к занятиям спортом, привычку к ЗОЖ. Применение технологий: элементы хатха-йоги, ИКТ « Волейбол».

Занятие №82

Предшкола

Учитель: Гаврилова М.А.

Дата: 11.04.24г.

Образовательная область: Здоровье

Раздел: Физическая культура.

Тема: Играй, играй- мяч не теряй.

Цель: развивать предметную ловкость посредством упражнений с мячом. Продолжать формировать навыки игры в баскетбол, футбол.

Задачи: закрепить навыки прокатывания футбольного мяча правой и левой ногой друг другу по кругу; отбивания мяча от пола. Продолжать закреплять координацию движений и навыки самоконтроля при выполнении ходьбы с мячом, зажатым между ступнями; прыжках с мячом, зажатым между колен. Развивать ловкость, координацию движений, внимание, умение использовать свой двигательный опыт в командной игре. Воспитывать желание играть в спортивные игры со сверстниками, ЗОЖ, настойчивость, социальные навыки. Применение технологий: здоровьесбережение – дыхательная гимнастика с произношением звуков. Звук «и». Произнесение звука очищает сосуды мозга, ушей, глаз, улучшает слух и стимулирует работу щитовидной железы. Ожидаемый результат: Воспроизводят: упражнения для профилактики плоскостопия, дыхательную гимнастику. Понимают: командные игры с мячом, важность тренировок, катить мяч передней частью внутренней поверхности стопы, согласовывать действия с мячом со словами стихотворения. Применяют: навыки выполнения ходьбы с мячом, зажатым между ступнями, прыжков с мячом, зажатым между колен; умение отбивать мяч мягким и плавным движением кончиками пальцев, ориентироваться в пространстве зала. Материалы и оборудование: мячи футбольные, баскетбольные, волейбольные, обручи большие – 3шт., натянутая веревка для волейбола (высота 1,5м), мячи диаметром 8см для игры – 5шт. Билингвальный компонент: үлкен (кшкентай) допты алындар – возьмите большой (маленький) мяч, допты он (сол) колдарына алындар – возьмите мяч в правую (левую) руку, доппен жаттыгулар – упражнения с мячом, доп шеңберіне – «мячи в круг», жылдам доп – «быстрый мяч».

Занятие №83 Предшкола.

Дата: 16.04.24г Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье. Раздел: Физическая культура.

Тема: Играем в футбол.

Цель: продолжать выполнять действия с мячом спортивного характера, использовать элементы футбола.

Совершенствовать умение перебрасывать мяч в паре и ловить его из нестандартных положений, развивать умение анализировать ситуацию и применять соответствующее решение (способ ловли мяча). Обобщать знания детей о функциях игроков в футбол.

Задачи: упражнять в катании футбольного мяча ногой, правильно оценивать направление движение мяча. Закреплять умение выполнять прыжки на двух ногах с мячом, зажатым между ног, с продвижением вперед на расстояние 3 м. Продолжать формировать умение выполнять движения в паре; выполнять строевые упражнения, повышать уровень произвольности действий. Развивать координацию движений и быстроту реакции, выносливость. Воспитывать мотивацию к ЗОЖ применять соответствующее решение. Материалы и оборудование: мячи футбольные на половину группы, презентация «Футбол». Билингвальный компонент: жаттыгу – тренировка, доппен ойнау – игры с мячом, топына доппар – мячи в круг, ойын – игра.

Занятие №84 Предшкола.

Дата: 17.04.24г Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье. Раздел: Физическая культура.

Тема: Упражнения на волейбольной площадке.

Цель: расширение представлений детей о разных видах физических упражнений спортивного характера: перебрасывать мяч через натянутую веревку с последующей ловлей, выполнять прыгивание на возвышение высотой 20 см с разбега.

Задачи: учить перебрасывать мяч через натянутую веревку с последующей ловлей. Продолжать учить выполнять прыгивание на возвышение высотой 20 см с разбега. Упражнять в катании мяча в разном направлении одной рукой. Совершенствовать умение владеть своим телом при ползании по-пластунски с мячом в руках. Продолжать развивать внимание и быстроту реакции, быстро и точно реагировать на звуковые сигналы. Развивать координацию движений и выносливость; навыки рационального дыхания. Способствовать формированию мотивации возможности самосовершенствоваться. Применение технологий: здоровьесбережение – дыхательная гимнастика У-шу, мимическая гимнастика. Материалы и оборудование: мячи по количеству детей, презентация «Волейбол», натянутая веревка для перебрасывания мяча. Билингвальный компонент: шенбер турындал – встать в круг, баяу жүру – медленная ходьба, баяу жүгіру – медленный бег, жылдам жүгіру – быстрый бег.

Занятие №85. Предшкола

Дата: 18.04.24г. Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Игры моих друзей.

Цель: развивать навыки выполнения сопряженных движений посредством подвижных игр; метания в движущуюся цель.

Задачи: продолжать совершенствовать умение перепрыгивать через аркан в момент его прохождения под ногами игрока. Закреплять умение уворачиваться от летящего мяча, применяя разные тактики. Развивать ориентировку в пространстве, выносливость, быстроту реакции. Формировать умение согласовывать свои действия с действиями других игроков. Воспитывать ценностное отношение друг к другу, позицию сотрудничества, толерантность. Понимают: назначение считалок, что игра является одним из средств укрепления здоровья, частью физкультуры; как уворачиваться от летящего мяча, применяя разные тактики; применять исходное положение при метании в цель; перепрыгивать через аркан в момент его прохождения под ногами. Применяют: навыки толерантного поведения; ориентировки в пространстве, метания в цель, умение согласовывать свои действия с действиями других игроков в играх. Билингвальный компонент: шеңберге тұрындар – встаньте в круг, дос – друг, достар – друзья, ойын – игра, ойындар – игры.

Занятие №86 Предшкола

Дата: 23.04.24г. Гаврилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Социум.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Казахские народные игры.

Цель: продолжать развивать интерес к играм с асыками, формировать понятие игра – часть этнокультуры.

Задачи: учить метать мелкие предметы в горизонтальную цель с расстояния 3 м.

Упражнять в равновесии, продолжать развивать умение перекладывать асык перед собой и за спиной во время ходьбы по гимнастической скамейке. Закреплять навык подбрасывания и ловли мелких предметов (асыков) из положения «сид, ноги скрестно». Развивать предметную ловкость, глазомер, умение сосредоточиваться и концентрировать свое внимание при неблагоприятных условиях (шум). Продолжать развивать интерес к играм с асыками, воспитывать гражданственность и толерантность. Ожидаемый результат: Воспроизводят: метание мелких предметов в горизонтальную цель, релаксацию «Степные напевы». Понимают: термин «асык», назначение асыков, что игры являются частью этнокультуры РК, сохранять равновесие, смотреть вперед при выполнении заданий, поднимать асыки только по команде педагога, правила игры. Применяют: навык подбрасывания и ловли мелких предметов, ходьбы и бега врассыпную, умение манипулировать мелкими предметами, ориентироваться в пространстве зала, концентрировать внимание при неблагоприятных условиях (шум). Материалы и оборудование: корзин, асыки по количеству детей, корешки на половину группы, обручи по количеству детей, гимнастическая скамейка – 2шт. Билингвальный компонент: иілу – наклониться, көтеру – поднять, тік тұру – стоять ровно (выпрямиться), басты оңға бұру – повороты головы направо, басты солға бұру – повороты головы налево.

Занятие №87 Предшкола

Дата: 24.04.24г Гаврилова М.А

Образовательные области: Здоровье. Социум.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Игры народов Казахстана.

Цель: закреплять навыки метания в движущуюся цель, уворачиваться от мяча, формировать навыки толерантного поведения посредством командных игр народов РК. Задачи: продолжать закреплять навыки метания мяча в движущуюся цель с расстояния 3 м, умение уворачиваться от летящего мяча. Совершенствовать умение выполнять бег в разном направлении. Развивать предметную ловкость, глазомер, умение сосредоточиваться и концентрировать свое внимание при неблагоприятных условиях (шум). Продолжать развивать интерес к народным играм. Воспитывать доброжелательность и толерантность. Ожидаемый результат: Воспроизводят: метание в движущуюся цель с расстояния 3м, релаксацию в кругу. Понимают: «командная игра»; уворачиваться от летящего мяча; правила игр, доброжелательно относиться к традициям разных народов РК. Применяют: навык перебрасывания мяча друг другу, метания в движущуюся цель, ходьбы и бега враспынную, умение согласовывать свои действия в команде, не отвлекаться на шум. Билингвальный компонент: доппен ойнау – игры с мячом, ойынды баста – игру начини, халык – народ, доп лақтыру – метание мячей.

Занятие №88 Предшкола

Дата: 25.04. 24г Гаарилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Упражнения для всей семьи.

Цель: Формировать умение бросать мяч в даль двумя руками приемом из-за головы, формировать привычку к ЗОЖ в семье.

Задачи: упражнять в метании биты в вертикальную цель, совершенствовать умение выполнять движение слитно, посылать предмет в центр мишени. Закреплять ходьбу с высоким пониманием колен, продолжать формировать умение сохранять динамическое равновесие, бег между предметами. Развивать ловкость, силу, выносливость, коммуникативную компетентность. Развивать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, соблюдать последовательность выполнения движений

Ожидаемый результат: Воспроизводят: пальчиковую гимнастику, релаксацию «Солнышко». Понимают: обозначение термина «Семья», состав семьи, бережно относиться друг к другу в семье, привычку к ЗОЖ в семье. Переходить от одного вида движения к другому по команде педагога, выполнять движения экономично, не задерживать дыхание при выполнении движений, заниматься физкультурой всем членам семьи. Применяют: навыки перестроения во время движения, прыжков на двух ногах через палки, ходьбы по скамейке боком приставным шагом.

Занятия №89 Предшкола.
Дата: 30.04.2024г Гаврилова М.А.
Образовательная область: Социум.
Раздел: Физическая культура.
Тема: Охотники.

Цель: Совершенствование навыков метания, обогащение знаний о видах активного отдыха.

Задачи: учить бросать мяч в даль двумя руками приемом из-за головы, стоя в шеренге. Закреплять умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие, перешагивать через скамейки в чередовании с ходьбой. Упражнять в беге, прыжках на двух ногах через палки, положенные на расстояние 50см одна от другой. Развивать координацию движений, ловкость, внимание; воспитывать выдержку, дисциплинированность, ценностное отношение к членам семьи, привычку к ЗОЖ в семье.

Ожидаемый результат: воспроизводят метание мяча вдаль двумя руками из-за головы, релаксацию «Солнышко».

Понимают: обозначение термина «Семья», состав семьи, бережно относятся друг к другу в семье, переходить от одного вида движения к другому по команде педагога, выполнять движения экономично, не задерживать дыхание при выполнении движений, заниматься физкультурой всем членам семьи

Занятие № 90-91 На свежем воздухе. Предшкола. Гаврилова М.А.

Дата: 02.05.24г (01.05.24г)
Образовательная область: Здоровье.
Раздел: Физическая культура.
Тема: В футбол играй – здоровье укрепляй. (01.02.24г)
Тема: Физкультура для всей семьи. (02.05.24г)

Цель: продолжать формировать умение овладевать навыками игры в футбол, применять приобретенные навыки в дальнейшем.

Цель 2: развивать координационные способности, выносливость; привычку к занятиям физической культурой в семье.

Задачи: продолжать учить овладевать навыками игры в футбол в паре, останавливать мяч подошвой.

Задачи: продолжать совершенствовать умение лазать по гимнастической лестнице разноименным способом; перепрыгивать через длинную скакалку в момент прохождения ее под ногами. Упражнять в ходьбе по шнуру, положенному зигзагообразно, спиной вперед, развивать умение сохранять динамическое равновесие. Развивать ловкость, выносливость, гибкость, попадать мячом в цель. Совершенствовать навыки бега на дистанцию 20м. Закреплять умение выполнить ходьбу шеренгой с одной стороны площадки на противоположную. Продолжать совершенствовать умение вращать обруч вокруг вертикальной оси, развивать мускулатуру пальцев. Развивать ловкость, координационные способности, внимательность, организованность. Воспитывать ценностное отношение к своему здоровью, к здоровью окружающих, стремление к ЗОЖ.
Материалы и оборудование: мячи футбольные, вертикальная цель (стена, ворота, куб), обручи по количеству детей. Билингвальный компонент: щенберге тұрындар – встаньте в круг, сапқа тұрындар – встаньте в шеренгу.

Занятие № 92-93

Дата: 07-08.05.24г

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Семейный альбом. (07.05.24г)

Тема: Стань лидером!

Цель: Формирование умения самостоятельно играть в спортивные игры.

Цель: : способствовать активации природных механизмов работы мозга; учить выполнять бег широким шагом с линии на линию.

Задачи: продолжать совершенствовать умение лазать по гимнастической лестнице разноименным способом; перепрыгивать через длинную скакалку в момент прохождения ее под ногами. Упражнять в ходьбе по шнуру, положенному зигзагообразно, спиной вперед, развивать умение сохранять динамическое равновесие. Развивать ловкость, выносливость, гибкость.

Задачи: учить выполнять бег широким шагом с линии на линию. Продолжать упражнять в забрасывании мяча в корзину, направлять мяч к цели с одновременным разгибанием ног. Продолжать формировать умение лазать по гимнастической лестнице по диагонали переходить с пролета на пролет, переступать приставным шагом, перехватывать руками перекладины лестницы

Формировать умение заниматься самостоятельно, выполнять точно указания педагога. Развивать координационные способности, выносливость, абстрактно-логическое мышление. Воспитывать желание быть здоровыми, красивыми, сильными, привычку к ЗОЖ в семье. Воспитывать организованность, выдержку, самоконтроль. Применение технологий: кинезиологическая гимнастика, остеопатические упражнения. Применение технологий: кинезиологическая гимнастика-упражнения для развития абстрактно-логического мышления (левое полушарие) – в результате упражнений улучшается память, повышаются интеллектуальные возможности, развиваются математические способности, активизируется работа головного мозга; ТРИЗ метод ассоциаций, упражнения с обручем для профилактики плоскостопия. Ожидаемый результат: Воспроизводят: общеразвивающие упражнения с обручами, упражнения для профилактики плоскостопия, лазание по гимнастической лестнице разноименным способом, тренинг «Семья». Понимают: жить семьей – основная ценность человека, сохранять темп и не задерживать дыхания при беге, пробегать под серединой скакалки при максимальной амплитуде ее вращения, сохранять ровную осанку. Применяют: навыки абстрактно-логического мышления, бега в медленном темпе, ходьбы по шнуру, положенному зигзагообразно; умение соблюдать дистанцию, сохранять равновесие, навыки самоконтроля. Ожидаемый результат: Воспроизводят: кинезиологическую гимнастику, бег широким шагом, забрасывание мячей в корзину, остеопатические упражнения. Понимают: кто такой лидер, качества, необходимые для лидерства; бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места, соблюдать технику безопасности, спускаться по перекладинам по диагонали приставным шагом. Применяют: навыки правильного рационального дыхания при различных нагрузках; выполнения основных движений по подгруппам; умение спускаться по перекладинам по диагонали приставным шагом, ориентироваться в пространстве зала. Материалы и оборудование: конверт с заданиями, карточки, разделенные на несколько частей и целые, мячи баскетбольные, баскетбольный щит и кольцо, гимнастическая стенка.

Предиктала
Гаврилова М.А.

Занятие № 94-95

Дата: 14. 05. 24г (09.05.24г)

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Виды спорта. (09.05.24г)

Тема: Наседники.

Предполага

Гаврилова МА

Цели: обобщать знания о видах спорта, познакомить с игрой в городки.

Цели: тренировка всех систем и функций организма посредством заданий соревновательного типа (эстафет); повышение уровня произвольности действия.

Задачи: учить прыгивать на предметы высотой 15 см, энергично отталкиваться от пола, помогать своевременным взмахом рук. Закреплять навык ведения мяча одной рукой, дифференцировать силу удара по поверхности мяча, направлять движение мяча несколько в стороне от ноги. Совершенствовать умение катать футбольные мячи правой и левой ногой друг другу по кругу. Продолжать закреплять бег широким шагом, пробежать 10м с наименьшим числом шагов. Развивать ловкость, силу, выносливость. Воспитывать привычку к занятиям спортом, ЗОЖ, коммуникативные навыки, организованность.

Задачи: упражнять в подлезании между рейками лестницы, поставленной вертикально, прокатывании мяча «змейкой» между предметами. Развивать ловкость, силу, выносливость, коммуникативную компетентность. Воспитывать ценностное отношение к культуре народа, умение использовать свой двигательный опыт, выполнять задания в команде и соблюдать правила проведения эстафет. Применение технологий:

здоровьесбережение – дыхательная гимнастика с произношением звуков. Ожидаемый результат: Воспроизводят: прыгизание на возвышение высотой 15 см с места, отбивание мяча о пол одной рукой, дыхательную гимнастику, выполнение анализа графическим методом. Понимают: назначение стадиона, важность занятий спортом, отличие индивидуальной тренировки от тренировки по подгруппам; прокатывать мяч передней частью внутренней поверхности стопы, при приземлении сгибать ноги в коленях, адекватно оценивать качество выполнения заданий. Применяют: навыки построения и перестроения в движении, бега через середину зала; выполнения ритмической гимнастики; саморегуляции поведения при сочетании разных способах организации; умение отбивать мяч мягким и плавным движением кончиками пальцев, выполнять круговую тренировку, ориентироваться в пространстве зала. Материалы и оборудование: мячи футбольные, мячи баскетбольные, карточки по видам спорта. 196 Билингвальный компонент: ұстынына жүгіру екі-сқіден – бег в колонне по два, жаяу колоннада бір-бірден – ходьба в колонне по одному. Ожидаемый результат: Воспроизводят:

общеразвивающие упражнения для профилактики сколиоза и плоскостопия. Понимают: термин «наседник, байга», байга – традиционные состязания в РК, правила выполнения эстафет, согласовывать действия в команде, энергично отталкиваться от пола и мягко приземляться на полусогнутые ноги при выполнении прыжка на фитболе. Применяют: умение группироваться при подлезании, навыки прокатывания фитбола между предметами, сохранения равновесия при выполнении упражнений на повышенной опоре, построения и перестроения. Материалы и оборудование: косички (камча), гимнастическая скамейка, лестницы переносные, фитболы, хоп-фитболы по количеству команд. Билингвальный компонент: сырғанау доп заттар арасындағы – катание мячей между предметами, жаттығуды бастандар – упражнение начали, жаттығуды аяқтаймыз – закончили.

Занятие №96.

Предшколя

Дата: 15.05.24г

Гаарилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Метание вдаль одной рукой.

Цель: продолжать формировать умение метать в даль правой и левой рукой.

Задачи: продолжать учить метать в даль правой и левой рукой, выполнять замах круговым движением руки сначала вниз, затем назад до полного ее выпрямления.

Упражнять в прыжках в глубину, сырывать с предметов на полусогнутые ноги, сохранять равновесие. Закреплять умение группироваться при подлезании между рейками лестницы, поставленной вертикально. Развивать ловкость, силу, выносливость, самостоятельность. Воспитывать организованность, дисциплинированность. Применение технологий: дыхательная гимнастика с произношением звуков «а», «м». Ожидаемый результат: Воспроизводят: метание вдаль правой и левой рукой, дыхательную гимнастику. Понимают: выполнять замах круговым движением руки, сохранять равновесие при приземлении, правила безопасного поведения. Применяют: навыки безопасности при метании, умение группироваться при подлезании, выполнять прыжки в глубину с высоты 30 см., быстро реагировать на сигнал, ориентироваться на площадке. Материалы и оборудование: мячи диаметром 8 см на каждого ребенка, предметы (скамейки) высотой 35см. Билингвальный компонент: күштi – сильный, батыл – смелый, үлкен – большой.

Занятие №97 На свежем воздухе. Предшколя

Дата: 16.05.24г

Гаарилова М.А.

Образовательные области: Здоровье. Познание.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Скакалка-супертренажер.

Цель: формировать умение выбирать оптимальный способ действия для достижения лучшего результата при выполнении заданий с скакалками.

Задачи: учить выбирать оптимальный способ действия для достижения лучшего результата при подлезании под скакалками, поднятыми на высоту 40-30-см. Упражнять в прыжках вокруг скакалки на одной ноге с продвижением вперед, прыжках через длинную скакалку. Закреплять умение сохранять ровную осанку при ходьбе между скакалками, перешагивании через скакалки – профилактика нарушений осанки.

Развивать аналитическое мышление, умение принимать нестандартное решение; ловкость, силу, выносливость. Воспитывать ответственность и взаимопонимание, навыки командной работы. Применение технологий: здоровьесбережение – массаж лица. Цель: предотвращение простудных заболеваний путем воздействия на активные точки лица, социо-игровая. Ожидаемый результат: Воспроизводят: упражнения в паре со скакалками, массаж лица. Понимают: как использовать скакалки в разных видах движения. Связь между способом подлезания и высотой препятствия, выбирать оптимальный способ действия, поднимать бедро под углом 90°, выполнять толчок опорой на переднюю часть стопы, чередовать прыжки в правую и левую сторону. Применяют: навыки работы в паре и команде, ходьбы между скакалками, перешагивания через скакалки, выполнения прыжков на одной ноге, умение сохранять равновесие при разных видах деятельности, выбирать оптимальный способ подлезания. Материалы и оборудование: скакалки на половину группы, геометрические фигуры.

Занятие №98

Предшкола

Дата: 21.05.23г

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Выполнение перекатов.

Цель: познакомить с техникой выполнения перекатов вперед и назад; развивать умение владеть своим телом.

Задачи: учить выполнять перекат вперед и назад. Продолжать упражнять в ползании на четвереньках в прямом направлении, толкая головой мяч, на расстояние 4м. Закреплять умение подбрасывать мяч вверх и ловить его после отскока от пола, ловить мяч разведенными пальцами рук. Совершенствовать умение координировать движения рук и ног, развивать ловкость, выносливость, мускулатуру рук. Профилактика нарушения зрения. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью. Применение технологий: здоровьесбережение – гимнастика для глаз. Ожидаемый результат: Воспроизводят: общеразвивающие упражнения с мячом, перекаты вперед назад, подталкивание мяча головой при ползании. Понимают: держать мяч хватом с двух сторон, соблюдение дистанции при перестроении, ловить мяч после отскока от пола, термин «перекат», бережно относиться к глазам. Применяют: навыки перестроения в три колонны, выполнения корригирующих упражнений с мячом, ползания на четвереньках, ориентироваться в пространстве зала умение группироваться при перекатах. Материалы и оборудование: мячи диаметром 15см по количеству детей. Билингвальный компонент: жаттыгуды бастандар – упражнение начали, жаттыгуды аяктаймыз – закончили, колдарынды көтеріндер (түсіріндер) – руки вверх (вниз), дем алу - дем шығару – вдох-выдох, колдарынды алға созындар – руки вперед.

Занятие №99.

Предшкола

Дата: 22.05.24г.

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Учимся управлять своим телом.

Цель: совершенствовать навыки выполнения перекатов, метания в вертикальную цель.

Задачи: продолжать учить выполнять перекаты туловища вперед и назад. Упражнять в метании мешочка с песком в вертикальную цель, переползании через скамейки в чередовании с ходьбой. Развивать ловкость, выносливость, быстроту мышления, сообразительность, гибкость. Формировать навыки самоконтроля движений и пространства. Воспитывать желание быть здоровыми, привычку к ЗОЖ. Ожидаемый результат: Воспроизводят: перекат вперед и назад. Понимают: необходимость постоянной тренировки чтобы быть лучшим, целиться в центр мишени, посылать мешочек с песком энергичным выпрямлением руки, чередовать переползание с ходьбой. Применяют: навыки бег с ускорением и замедлением темпа, координации движений рук и ног при переползании через скамейки, самоконтроля движений; умение группироваться. Ориентироваться в пространстве зала. Материалы и оборудование: мешочки с песком, мишени вертикальные, скамейки гимнастические – 3шт. Билингвальный компонент: жаттыгуды бастандар – упражнение начали, жаттыгуды аяктаймыз – закончили, колдарынды көтеріндер (түсіріндер) – руки вверх (вниз), дем алу - дем шығару – вдох-выдох, колдарынды алға созындар – руки вперед

Заняття №100

Предшкола

Дата: 23.05.24г. на свіжому повітрі.

Гаврилова М.А.

Образовательная область: Здоровье.

Раздел: Физическая культура.

Тема: Спортивні ігри в парі.

Цель: продовжувати учить відбивати воляни ракеткою в вказаному напрямку; продовжувати формувати навички гри «Городки».

Задачі: продовжувати учить відбивати воляни ракеткою в вказаному напрямку, підкидати воляни перед собою і енергійно відбивати його по траєкторії вперед-вверх. Закреплювати навичку броска бити вращательним рухом, спрямованим паралельно землі. Совершенствовати вміння бігати в середньому темпі. Розвивати ловкість, силу, витривалість. Виховувати звичку до занять спортом, дисциплінованість.

Очікуваний результат: Випрошують: відбивати городка з відстані 5 м. Розуміють: що гра є частиною культури, способом зміцнення здоров'я і дружби між дітьми; відправляти бити паралельно землі, підкидати воляни вгору перед собою.

Використовують: навички побудови і перебудови в русі; виконання рухів по підгрупах; вміння правильно брати бити, ракетку; вибирати комунікативне поведіння, адекватне ситуації спілкування. Матеріали і обладнання: картки по видах спорту, ракетки для бадмінтону і воляни на половину вихованців, набір для гри «Городки». Більшгваріальний компонент: жаяу колоннада бір-бірден – ходьба в колонні по одному ұстын екі-екіден – колонна по два, ұстынына жүтіру екі-екіден – біг в колонні по два.