

КЕЛІСІЛДІ
«Арай» балабақшасының
әдіскері

 Тяглая И.А.



БЕКТІЛДІ

«Арай» балабақшасының
меңгерушісі

Самаева М.С.

02.09.2025 жылы

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу
жоспары және мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың
үлгілік оқу бағдарламасы негізінде «SABA – 16» ЖШС
«Арай» балабақшасы**

**Мектепалды даярлық «Фиксики» тобының
2025– 2026 оқу жылына арналған ұйымдастырылған
іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

**Перспективный план организованной деятельности
на 2025 – 2026 учебный год
на основе Типового учебного плана дошкольного
воспитания и обучения и
Типовой учебной программы дошкольного воспитания
и обучения**

**Предшкольная группа «Фиксики»
ТОО «SABA – 16» детский сад «Арай»**

Дошкольная организация: детский сад «Арай»

Группа дошкольной подготовки: «Фиксики»

Возраст детей: 5 лет

Месяц: сентябрь 2025 год

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Физическая культура	Ходьба: ходить в колонне по одному, по двое, по трое, с перешагиванием через скакалку Равновесие: ходить с перешагиванием через предметы Бег: бегать в рассыпную Ползание, лазанье: ползать на четвереньках «змейкой» между предметами в чередовании с ходьбой. Прыжки: Прыжки с продвижением вперед на расстоянии 3-4 метра Бросание, ловля, метание: бросать мяч вверх, через шнур и ловить двумя руками, одной рукой (правой и левой поочередно) Построение, перестроение: строиться в колонну по одному, по два, по три, в шеренгу Музыкально ритмические движения: Выполнять красиво и грациозно знакомые физические упражнения под музыку. Общеразвивающие упражнения: 1) Упражнения для рук и плечевого пояса: Разводить руки в стороны из положения «руки перед грудью» 2) Силовые упражнения: Ходить на руках (один ребенок держит другого за ноги) 3-5 метров 3) Упражнения на пресс: Поднимать и опускать туловище лежа на спине. 4) Упражнения для спины: Перекатываться вперед-назад из положения сидя в группировке «качалка» (5-6 раз) 5) Упражнения для ног: Подниматься на носки. 6) Спортивные упражнения: Катание на велосипеде. 7) Упражнение для туловища: передавать друг другу мяч над головой (назад и вперед)

Дошкольная организация: детский сад «Арай»

Группа дошкольной подготовки: «Фиксики»

Возраст детей: 5 лет

Месяц: октябрь 2025 год

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Физическая культура	Ходьба: на носках, на пятках, на внутренней и внешней стороне стоп, с изменением положения рук. Равновесие: по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках, по скамейке, перешагивая кубики Бег: парами, в колонне по одному, по двое, высоко поднимая колени Ползание, лазанье: переползать через препятствия, ползать на четвереньках (расстояние 3-4 метра) Прыжки: на двух ногах с мешочком, зажатым между колен Бросание, ловля, метание: прокатывать мяч между предметами, поставленными в ряд Построение, перестроение: перестроиться в колонну по двое, по трое Музыкально ритмические движения: шагать прямо Общеразвивающие упражнения: 1) Упражнения для рук и плечевого пояса: поднимать руки вверх и разводить в стороны из положения «руки за голову» 2) Силовые упражнения: Ходить на руках (один ребенок держит другого за ноги) 3-5 метров 3) Упражнения на пресс: поднимать прямые ноги вперед (махом) 4) Упражнения для спины: ползать на животе с помощью рук (3 метра) 5) Упражнения для ног: переступать на месте без отрыва носков от опоры 6) Спортивные упражнения: Катание на самокате 7) Упражнение для туловища: повороты вправо, влево, поднимая руки вперед.

Дошкольная организация: детский сад «Арай»

Группа дошкольной подготовки: «Фиксики»

Возраст детей: 5 лет

Месяц: ноябрь 2025 год

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Физическая культура	Ходьба: с перешагиванием через предметы боком, в разном темпе. Равновесие: по канату боком приставным шагом (пятки на канате носки на полу) Бег: с преодолением препятствий Ползание, лазанье: перелезать через несколько предметов подряд Прыжки: на двух ногах между предметами (расстояние 4 метра) Бросание, ловля, метание: бросать мяч о стену и ловить двумя руками Построение, перестроение: равнение в колонне на вытянутые руки вперед Музыкально ритмические движения. Выполнять красиво и грациозно знакомые физические упражнения под музыку. Общеразвивающие упражнения: 1) Упражнения для рук и плечевого пояса: Разводить друг другу мяч над головой (назад и вперед) 2) Силовые упражнения: Ходить на руках (один ребенок держит другого за ноги) 3-5 метров 3) Упражнения на пресс: Поднимать и опускать туловище лежа на спине. 4) Упражнения для спины: Перекатываться вперед-назад из положения сидя в группировке «качалка» (5-6 раз) 5) Упражнения для ног: выпад вперед, в сторону 6) Спортивные упражнения: Продолжать знакомиться с различными видами спорта 7) Упражнение для туловища: наклоны вперед сидя, стоя на коленях

Дошкольная организация: детский сад «Арай»

Группа дошкольной подготовки: «Фиксики»

Возраст детей: 5 лет

Месяц: декабрь 2025 год

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Физическая культура	Ходьба. Ходить по двое ,по трое, с изменением направления движения. Равновесие: по ограниченной поверхности приставным шагом Бег: бегать по двое Ползание, лазанье: переползать через препятствия Прыжки: с продвижением вперед на расстояние 3-4 метра, на двух ногах с мешочком, зажатым между колен Бросание, ловля, метание: прокатывать мяч между предметами Построение, перестроение: строиться в колонну по два, три, в шеренгу. Музыкально ритмические движения. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Общеразвивающие упражнения: 1)Упражнения для рук и плечевого пояса: Поднимать руки вверх и разводить в стороны из положения «руки за голову» 2)Упражнения для туловища: Повороты вправо, влево, поднимая руки вперед. 3)Силовые упражнения: Ходить на руках (один ребенок держит другого за ноги) 3-5 метров. 4) Упражнения на пресс: Поднимать и опускать туловище лежа на спине. 5)Упражнения для спины: Переступать на месте без отрыва носков ног от опоры. 6) Упражнения для ног: Выполнять 2-3 полуприседаний подряд. 7)Спортивные упражнения: Катать друг друга на санках, кататься на санках с горки по одному и по двое.

Дошкольная организация: детский сад «Арай»

Группа дошкольной подготовки: «Фиксики»

Возраст детей: 5 лет

Месяц: январь 2026 год

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Физическая культура	Ходьба: Ходить на носках, на пятках, на внутренней и внешней стороне стоп, в колонне по трое Равновесие: по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках, по скамейке, перешагивая кубики. Бег: бегать высоко поднимая колени Ползание, лазанье: ползать на четвереньках, (расстояние 3-4 метра) Прыжки: по прямой (расстояние 6 метров) Бросание, ловля, метание: прокатывать мяч между предметами Построение, перестроение: равнение в колонне на вытянутые руки вперед Музыкально ритмические движения. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Общеразвивающие упражнения: 1) Упражнения для рук и плечевого пояса: поднимать руки вверх и разводить в стороны из положения «руки за голову». 2) Упражнения для туловища: Повороты вправо, влево, поднимая руки вперед. 3) Силовые упражнения: Ходить на руках (один ребенок держит другого за ноги) 3-5 метров. 4) Упражнения на пресс: Поднимать и опускать туловище лежа на спине, руки за голову. 5) Упражнения для спины: Перекатываться вперед назад из положения сидя в группировке «качалка» (5-6раз) 6) Упражнения для ног: Приседать, вынося руки вперед 7) Спортивные упражнения: Ходьба на лыжах

Дошкольная организация: детский сад «Арай»

Группа дошкольной подготовки: «Фиксики»

Возраст детей: 5 лет

Месяц: февраль 2026 год

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Физическая культура	Ходьба. Ходить с перешагиванием через предметы, боком. Равновесие: ходить на скамейке, перешагивая кубики Бег: бегать с преодолением препятствий в естественных условиях Ползание, лазанье: ползать на четвереньках толкая мяч головой Прыжки : прыгать на двух ногах между предметами (расстояние 4 метра) Бросание, ловля, метание: бросать мяч о стену и ловить двумя руками Построение, перестроение: равнение в колонне на вытянутые руки вперед Музыкально ритмические движения. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Шагать прямо Общеразвивающие упражнения: 1)Упражнения для рук и плечевого пояса:Поднимать руки со сцепленными в «замок» пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) 2)Упражнения для туловища: Наклоны вперед, прогибаясь, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. 3)Силовые упражнения: Ходить на руках (один ребенок держит другого за ноги) 3-5 метров. 4)Упражнения на пресс: Поднимать прямые ноги вперед (махом) вися на руках на гимнастической стенке (5-6раз) 5)Упражнения для спины: Ползать на животе с помощью рук (3 метра) 6) Упражнения для ног: Приседать, вынося руки вперед, опираясь руками о колени. 7)Спортивные упражнения: Передвигаться переменным шагом друг за другом, скользить на левой и правой ноге.

Дошкольная организация: детский сад «Арай»

Группа дошкольной подготовки: «Фиксики»

Возраст детей: 5 лет

Месяц: март 2026 год

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Физическая культура	Ходьба. Ходить с остановкой по сигналу взрослого, изменением направления движения, с поворотом в другую сторону Равновесие: по скамейке с перекладыванием на каждый шаг вперед мяча из руки в руку перед собой или за спиной, по ребристой поверхности. Бег: Бегать с разной скоростью-медленно, быстро, в среднем темпе непрерывный бег 1,5-2 минуты Ползание, лазанье: пролезать в обруч разными способами. Прыжки : 6-8 метров, из обруча в обруч на расстоянии 40см на одной и на двух ногах. Бросание, ловля, метание: Перебрасывать мяч друг другу двумя руками из-за головы (1,5-2метра) Построение, перестроение: равнение в колонне на вытянутые руки вперед, в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны. Музыкально ритмические движения. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Шагать прямо Общеразвивающие упражнения: 1)Упражнения для рук и плечевого пояса: Поднимать руки со сцепленными в «замок» пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх. 2)Упражнения для туловища: наклоны вперед сидя, стоя на коленях 3)Силовые упражнения: Ходить на руках (один ребенок держит другого за ноги)3-5 метров. 4)Упражнения на пресс: Поднимать прямые ноги вперед (махом) виса на руках на гимнастической стенке (5-6раз) 5)Упражнения для спины: Перекатываться вперед-назад из положения сидя в группировке «качалка» (5-6раз) 6)Упражнения для ног: Приседать обхватывая колени руками и прогибая голову 7)Спортивные упражнения: Ходьба на лыжах. Делать повороты переступанием на месте вправо и влево, вокруг в обе стороны.

Дошкольная организация: детский сад «Арай»

Группа дошкольной подготовки: «Фиксики»

Возраст детей: 5 лет

Месяц: апрель 2026 год

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Физическая культура	Ходьба. Ходить с изменением направления движения, врассыпную, с перешагиванием через шнуры Равновесие: По гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка Бег: Бег на дистанцию 100-120 метров в чередовании с ходьбой. Ползание, лазанье: Пролезать в обруч разными способами Прыжки : перепрыгивать через шнуры, линии, попеременно на правой и левой ноге, вокруг себя. Бросание, ловля, метание: вести мяч между предметами двумя руками (расстояние 4метра) Построение, перестроение: строиться в шеренге и в кругу – на вытянутые руки в стороны Музыкально ритмические движения. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Шагать прямо Общеразвивающие упражнения: 1)Упражнения для рук и плечевого пояса: Поднимать руки со сцепленными в «замок» пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх. 2)Упражнения для туловища: Наклоны вперед, коснуться ладонями пола, поднимая за спиной сцепленные руки. 3)Силовые упражнения: Ходить на руках (один ребенок держит другого за ноги)3-5 метров. 4)Упражнения на пресс: Поднимать прямые ноги вперед (махом) виса на руках на гимнастической стенке (5-браз) 5)Упражнения для спины: Выполнять упражнения с элементами стретчинга 6)Упражнения для ног: Выпад вперед, в сторону. 7)Спортивные упражнения: Ходьба на лыжах. Делать повороты переступанием на месте вправо и влево, вокруг в обе стороны.

Дошкольная организация: детский сад «Арай»

Группа дошкольной подготовки: «Фиксики»

Возраст детей: 5 лет

Месяц: май 2026 год

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Физическая культура	Ходьба приставными шагами вперед, между предметами между кеглями Равновесие: Кружение парами, держась за руки, по ребристой поверхности Бег: Бегать на скорость, пробегание отрезков (длина 20 метров) на скорость до обозначенного места. Ползание, лазанье: лазать по гимнастической стенке с изменением темпа и переходом от одной гимнастической стенке к другой. Прыжки : Запрыгивать на возвышение до 20 сантиметров, прыгать на месте Бросание, ловля, метание: Бросать и ловить мяч двумя руками с продвижением вперед (расстояние 4-5 метров) Построение, перестроение: повороты направо, налево, кругом переступанием и прыжком. Музыкально ритмические движения. Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Шагать прямо Общеразвивающие упражнения: 1)Упражнения для рук и плечевого пояса: Поднимать руки вверх-назад одновременно, попеременно. 2)Упражнения для туловища: Наклоны вперед сидя, стоя на коленях. 3)Силовые упражнения: Ходить на руках (один ребенок держит другого за ноги) 3-5 метров. 4)Упражнения на пресс: Поднимать прямые ноги вперед (махом) вися на руках на гимнастической стенке (5-6раз) 5)Упражнения для спины: Ползать на животе с помощью рук (3 метра) 6)Упражнения для ног: Захватывание и перемещение пальцами ног мелких предметов. 7)Спортивные упражнения: Катание на велосипеде, самокате.