

утверждаю.

Директор

Богинская Е.А. 

Перспективный план организованной деятельности на 2022-2023 учебный год на основе  
Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной  
программы дошкольного воспитания и обучения

Организация образования детский м.ц. "Солнышко"

Возраст детей 4 года

На какой период составлен план на сентябрь 2022-2023 учебный год

	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
сентябрь	Физическая культура	<p><b>Основные движения.</b> Развивать умение выполнять знакомые, разученные ранее упражнения и циклические движения под музыку.</p> <p><b>Общеразвивающие упражнения</b> <b>Упражнения для рук и плечевого пояса</b> Развивать умение выполнять упражнения с предметами и без предметов.</p> <p><b>Упражнения для туловища</b> Развивать умение приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе</p> <p><b>Упражнения для ног</b> Развивать умение поочередно поднимать ноги, согнутые в колене.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b> Развивать умение кататься на двухколесном и трехколесном велосипеде. Выполнять повороты вправо, влево.</p> <p><b>Формирование здорового образа жизни</b> Расширять представления о пользе физической активности (утренняя зарядка, закаливание, спортивные и подвижные игры) и насыщенности сна.</p> <p><b>Культурно-гигиенические навыки</b> Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом. Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком.</p> <p><b>Навыки самообслуживания</b> Развивать умение убирать вещи, с помощью взрослого чистить, сушить и развешивать их. После изобразительной деятельности мыть флаконы, кисти,</p>

Утверждаю:

Директор

Богинская Е.А.

Перспективный план организованной деятельности на 2022-2023 учебный год на основе  
Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной  
программы дошкольного воспитания и обучения

Организация образования м.ц "Солнышко"

Возраст детей 4 года

На какой период составлен план октябрь 2022-2023 учебный год

	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Октябрь	Физическая культура	<p><b>Основные движения.</b> Формировать навыки равновесия: ходить между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием предметов, повороты с мешочком на голове, руки в стороны). Ходить по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30–35 сантиметров). Перешагивать через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 сантиметров от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга) с разными положениями рук.</p> <p><b>Общеразвивающие упражнения</b> <b>Упражнения для рук и плечевого пояса</b> Развивать умение поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на пояс, руки перед грудью; размахивать руками вперед – назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях.</p> <p><b>Упражнения для туловища</b> Развивать умение наклоняться влево, вправо, вперед, откидываться назад.</p> <p><b>Упражнения для ног</b> Развивать умение делать подряд 4–5 полуприседаний.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b> Развивать умение кататься на двухколесном и трехколесном велосипеде. Выполнять повороты вправо, влево.</p>

Утверждаю:

Директор

Богинская Е.А. 

Перспективный план организованной деятельности на 2022-2023 учебный год на основе  
Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной  
программы дошкольного воспитания и обучения

Организация образования м.ц “Солнышко”

Возраст детей 4 года

На какой период составлен план ноябрь 2022-2023 учебный год

	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
ноябрь	Физическая культура	<p><b>Основные движения.</b> Формировать навыки равновесия: ходить между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием предметов, повороты с мешочком на голове, руки в стороны). Ходить по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30–35 сантиметров). Перешагивать через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 сантиметров от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга) с разными положениями рук.</p> <p><b>Общеразвивающие упражнения</b> <b>Упражнения для рук и плечевого пояса</b> Развивать умение поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на пояс, руки перед грудью; размахивать руками вперед – назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях.</p> <p><b>Упражнения для туловища</b> Развивать умение наклоняться влево, вправо, вперед, откидываться назад.</p> <p><b>Упражнения для ног</b> Развивать умение делать подряд 4–5 полуприседаний.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b> Развивать умение кататься на двухколесном и трехколесном велосипеде. Выполнять повороты вправо, влево.</p>

Утверждаю:

Директор

Богинская Е.А. 

Перспективный план организованной деятельности на 2022-2023 учебный год на основе  
Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной  
программы дошкольного воспитания и обучения

Организация образования м.ц "Солнышко"

Возраст детей 4 года

На какой период составлен план на декабрь 2022-2023 учебный год

	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Декабрь	Физическая культура	<p><b>Основные движения.</b> Формировать навыки ползания: ползать на четвереньках по прямой на расстояние до 10 метров между предметами, по горизонтальной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони, подлезать под веревку, поднятую на высоту 50 сантиметров правым и левым боком вперед. Пролезать в обруч. Лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, переход с пролета на пролет вправо, влево. Перелезть через бревно, гимнастическую скамейку.</p> <p><b>Общеразвивающие упражнения</b> <b>Упражнения для рук и плечевого пояса</b> Развивать умение выполнять упражнения с предметами и без предметов.</p> <p><b>Упражнения для туловища</b> Развивать умение в упоре стоя на коленях, прогибать и выгибать спину, поочередно поднимать и опускать прямые ноги; одновременно сгибать и разгибать их.</p> <p><b>Упражнения для ног</b> Развивать умение собирать пальцами ног веревку; захватывать стопами и перекладывать с места на место мешочки с песком.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b> Развивать умение кататься на санках с горки; катать друг друга; подниматься с санками на горку, тормозить при спуске с нее. Скользить по ледяным дорожкам самостоятельно.</p> <p><b>Формирование здорового образа жизни</b> Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, дать представление о пользе</p>

Утверждаю:

Директор

Богинская Е.А.

Перспективный план организованной деятельности на 2022-2023 учебный год на основе  
Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной  
программы дошкольного воспитания и обучения

Организация образования м.п. "Солнышко"

Возраст детей 4 года

На какой период составлен план на январь 2022-2023 учебный год

	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
январ	Физическая культура	<p><b>Основные движения.</b> Развивать умение выполнять знакомые, разученные ранее упражнения и циклические движения под музыку.</p> <p><b>Общеразвивающие упражнения</b> <b>Упражнения для рук и плечевого пояса</b> Развивать умение выполнять упражнения с предметами и без предметов.</p> <p><b>Упражнения для туловища</b> Развивать умение приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе</p> <p><b>Упражнения для ног</b> Развивать умение поочередно поднимать ноги, согнутые в колене.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b> Развивать умение кататься на двухколесном и трехколесном велосипеде. Выполнять повороты вправо, влево.</p> <p><b>Формирование здорового образа жизни</b> Расширять представления о пользе физической активности (утренняя зарядка, закаливание, спортивные и подвижные игры) и насыщенности сна.</p> <p><b>Культурно-гигиенические навыки</b> Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом. Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком.</p> <p><b>Навыки самообслуживания</b> Развивать умение убирать вещи, с помощью взрослого чистить, сушить и развешивать их. После изобразительной деятельности мыть флаконы, кисти,</p>

Утверждаю:

Директор

Богинская Е.А. 

Перспективный план организованной деятельности на 2022-2023 учебный год на основе  
Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной  
программы дошкольного воспитания и обучения

Организация образования м.ц "Солнышко"

Возраст детей 4 года

На какой период составлен план февраль 2022-2023 учебный год

	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
февраль	Физическая культура	<p><b>Основные движения.</b> Формировать навыки равновесия: ходить между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием предметов, повороты с мешочком на голове, руки в стороны). Ходить по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30–35 сантиметров). Перешагивать через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 сантиметров от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга) с разными положениями рук.</p> <p><b>Общеразвивающие упражнения</b> <b>Упражнения для рук и плечевого пояса</b> Развивать умение поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на пояс, руки перед грудью; размахивать руками вперед – назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях.</p> <p><b>Упражнения для туловища</b> Развивать умение наклоняться влево, вправо, вперед, откидываться назад.</p> <p><b>Упражнения для ног</b> Развивать умение делать подряд 4–5 полуприседаний.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b> Развивать умение кататься на двухколесном и трехколесном велосипеде. Выполнять повороты вправо, влево.</p> <p><b>Формирование здорового образа жизни</b></p>

Утверждаю:

Директор

Богинская Е.А.

Перспективный план организованной деятельности на 2022-2023 учебный год на основе  
Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной  
программы дошкольного воспитания и обучения

Организация образования м.ц "Солнышко"

Возраст детей 4 года

На какой период составлен план на март 2022-2023 учебный год

	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Март	Физическая культура	<p><b>Основные движения.</b> Развивать умение бросать мячи друг другу снизу, из-за головы и ловить их (на расстоянии 1,5 метра), перебрасывать мячи двумя руками и одной рукой из-за головы через препятствия (с расстояния 2 метра); мяч вверх и ловить его двумя руками (3-4 раза подряд).</p> <p><b>Общеразвивающие упражнения</b> <b>Упражнения для рук и плечевого пояса</b> Развивать умение выполнять упражнения с предметами и без предметов.</p> <p><b>Упражнения для туловища</b> Развивать умение приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе</p> <p><b>Упражнения для ног</b> Развивать умение поочередно поднимать ноги, согнутые в колене.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b> Развивать умение передвигаться по лыжне ступающим шагом друг за другом. Снимать и надевать лыжи при помощи взрослых</p> <p><b>Формирование здорового образа жизни</b> Знакомить с понятием «в здоровом теле — здоровый дух», понимать влияние действий гигиенических процедур (чистка зубов, закаливание и т.д.) для защиты (пользы) организма. Расширить представление о здоровом образе жизни.</p> <p><b>Культурно-гигиенические навыки</b> Воспитывать привычку самостоятельно</p>

Утверждаю:

Директор

Богинская Е.А.

Перспективный план организованной деятельности на 2022-2023 учебный год на основе  
Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной  
программы дошкольного воспитания и обучения

Организация образования м.ц "Солнышко"

Возраст детей 4 года

На какой период составлен план 2022-2023 апрель 23 учебный год

Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Физическая культура	<p><b>Основные движения.</b> Формировать навыки равновесия: ходить между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием предметов, повороты с мешочком на голове, руки в стороны). Ходить по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 сантиметра, высота 30–35 сантиметров). Перешагивать через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 сантиметров от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга) с разными положениями рук.</p> <p><b>Общеразвивающие упражнения</b> <b>Упражнения для рук и плечевого пояса</b> Развивать умение поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на пояс, руки перед грудью; размахивать руками вперед – назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях.</p> <p><b>Упражнения для туловища</b> Развивать умение наклоняться влево, вправо, вперед, откидываться назад.</p> <p><b>Упражнения для ног</b> Развивать умение делать подряд 4–5 полуприседаний.</p> <p><b>Спортивные упражнения:</b> Развивать умение кататься на двухколесном и трехколесном велосипеде. Выполнять повороты вправо, влево.</p> <p><b>Формирование здорового образа жизни</b> Формировать представление о значении частей тела</p>
апрель	



Утверждаю:

Директор

Богинская Е.А.

Перспективный план организованной деятельности на 2022-2023 учебный год на основе  
Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной  
программы дошкольного воспитания и обучения

Организация образования м.ц. "Солнышко"

Возраст детей 4 года

На какой период составлен план на май 2022-2023 учебный год

	Организованная деятельность	Задачи организованной деятельности
Май	Физическая культура	<p>Основные движения. Развивать умение выполнять знакомые, разученные ранее упражнения и циклические движения под музыку.</p> <p>Общеразвивающие упражнения Упражнения для рук и плечевого пояса Развивать умение выполнять упражнения с предметами и без предметов.</p> <p>Упражнения для туловища Развивать умение приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе</p> <p>Упражнения для ног Развивать умение поочередно поднимать ноги, согнутые в колене.</p> <p>Спортивные упражнения: Развивать умение кататься на двухколесном и трехколесном велосипеде. Выполнять повороты вправо, влево.</p> <p>Формирование здорового образа жизни Расширять представления о пользе физической активности (утренняя зарядка, закаливание, спортивные и подвижные игры) и насыщенности сна.</p> <p>Культурно-гигиенические навыки Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом. Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком.</p> <p>Навыки самообслуживания совершенствуют навыки самообслуживания</p>