

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД  
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА  
№ 128 «ШАЯН»



МУНИЦИПАЛЬ БЮДЖЕТ МӘКТӘПКӘЧӨ  
БЕЛЕМ БИРУ УЧРЕЖДЕНИЕСЕ  
"БАЛАЛАР БАКЧАСЫ КАТНАШ  
ТӨРДӘГЕ 128 НЧЕ НОМЕРЛЫ  
"ШАЯН"

423803, Республика Татарстан, город Набережные Челны, улица Н. Якупова, здание 8.  
Тел./Факс/Е-mail: 49-11-82 , [sad.128@inbox.ru](mailto:sad.128@inbox.ru)

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ «Детский сад  
комбинированного вида № 128 «Шаян»

Грошева Н.А.

2023г

Рассмотрено и принято  
действие

педагогическом совете  
«19» мая 2023г.  
Протокол № 4

Введено в

приказом от 06 мая 2023г № 172 - Од

## ПЛАН РАБОТЫ НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД ФИЗ.ИНСТРУКТОРА



**ИЮНЬ**

<b>ЗАДАЧИ</b>	<b>1 неделя</b>	<b>2 неделя</b>	<b>3 неделя</b>	<b>4 неделя</b>
<p>Развивать двигательные навыки; воспитывать желание самостоятельно выполнять упражнения.</p>	<p>Игровые упражнения: 1. «Кто дальше бросит» - метание мешочков на дальность</p> <p>2. «Кто быстрее доберётся до кегли»- прыжки на двух ногах с выполнением различных препятствий</p> <p>3. Подвижная игра «Самолёты»</p> <p>4. И.М.П. «Великаны и гномы»</p>	<p>Игровые упражнения:</p> <p>1. «Парами» - ходьба в колонне по одному, ходьба парами (чередовать)</p> <p>2. «Попади в корзину»- метание мешочка в горизонтальную цель.</p> <p>3. Подвижная игра «Подбрось - поймай»</p> <p>4. И.М.П. «Колпачок и палочка»»</p>	<p>Игровые упражнения:</p> <p>1. «Самолёты»– ходьба и бег (руки в стороны) по всей площадке с поворотами в разные стороны.</p> <p>2. «Не урони»- ходьба по бревну, приставным шагом с мешочком на голове.</p> <p>3. «Перебрось - поймай»- перебрасывание мяча друг другу, стоя в кругу. 4. Подвижная игра «Зайцы и волк»</p> <p>5. Ходьба в колонне по одному с выполнением упражнений на дыхание.</p>	<p>Игровые упражнения:</p> <p>1. «Догони свою пару».</p> <p>2. Весёлые мышки»- ходьба на носках» змейкой» между кеглями.</p> <p>3. Подвижная игра «Кролики»</p> <p>4. И.М.П. «Кто ушёл».</p>

**ИЮЛЬ**

<b>ЗАДАЧИ</b>	<b>1 неделя</b>	<b>2 неделя</b>	<b>3 неделя</b>	<b>4 неделя</b>
<p>Развивать двигательные навыки; воспитывать желание активно участвовать в подвижных играх.</p>	<p>1. Игра «Цветные автомобили».</p> <p>2. Игровые упражнения: «Попади в кеглю»- метание мешочка в цель.</p> <p>3. «Мышки – норушки»- подлезание под шнур боком.</p> <p>4. Игровое упражнения с мячом индивидуально. 5. Подвижная игра «Пилоты».</p> <p>Ходьба в колонне по одному.</p>	<p>1.Игра «Найди свой домик».</p> <p>2.Игровые упражнения: «Парашютисты»- спрыгивание с гимнастической скамейки.</p> <p>3«Прокати»- катание обруча между предметами.</p> <p>4. Подвижная игра «Ловишки».</p> <p>5. И.М.П. «У ребят порядок строгий».</p>	<p>1. Ходьба в колонне по одному между кеглями. Лёгкий бег на носках между кеглями змейкой.</p> <p>2. Школа мяча: - ударить мячом о землю и поймать его двумя руками; - ударить мячом о землю, сделать хлопок и поймать его двумя руками; - ударить мячом о стену, сделать хлопок и поймать его руками.</p> <p>3. Подвижная игра «Мяч через сетку».</p> <p>4. Игра малой подвижности по выбору детей.</p>	<p>1. Игра «Догони свою пару».</p> <p>2. Игровые упражнения: «С кочки на кочку»; 3. «Быстрые жучки»- ползание на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.</p> <p>4. Подвижная игра «Лошадки».</p> <p>5. И.М.П. «Хомячок».</p>

**АВГУСТ**

<b>ЗАДАЧИ</b>	<b>1 неделя</b>	<b>2 неделя</b>	<b>3 неделя</b>	<b>4 неделя</b>
<p>Развивать двигательные навыки; воспитывать желание активно участвовать в подвижных играх.</p>	<p>Игра «У ребят порядок строгий».</p> <p>2. Игра «Будь первым»- ходьба и бег в колонне со сменой ведущего.</p> <p>3. Эстафета «Полоса препятствий»:ползание под дугу прямо или боком ; ходьба с переступанием через шнуры.</p> <p>4. Подвижная игра «Найди себе пару».</p> <p>5. И.М.П «Летает – не летает».</p>	<p>1.Подвижная игра «Водители»- на красный флажок- ходьба на месте, на жёлтый флажок- ходьба по спортивной площадке, на зелёный флажок – бег врассыпную.</p> <p>2.Игра «Затейники».</p> <p>3.Игровое упражнение: «Переброска мячей»- бросание мяча друг другу двумя руками из-за головы.</p> <p>4.Подвижная игра «У медведя во бору»</p> <p>5.И.М.П. «Весёлый мячик».</p>	<p>1. Игра «Слушай сигнал»- ходьба в колонне по одному, на сигнал: «Бабочки»- остановиться, помахать руками как крылышками, продолжить ходьбу, бег врассыпную.</p> <p>2. Игровые упражнения «Кто дальше»- прыжки в длину с места.</p> <p>3. «Пройди – не упади»- ходьба по бревну приставным шагом, руки на пояс.</p> <p>4. Подвижная игра «Автомобили».</p> <p>5. И.М.П. «Узнай по голосу».</p>	<p>1. Игра «Быстро возьми».</p> <p>2. Игровые упражнения: «Добрось до кегли»- метание мешочков в цель.</p> <p>3. «Мышки – норушки» - подлезание под шнур, боком с мячом в руках.</p> <p>4. Игровые упражнения с мячом в парах и индивидуально.</p> <p>5. И.М.П. «Тишина у пруда».</p>