

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
“КРАСНОГОРСКИЙ ДЕТСКИЙ САД”

Принято на заседании
Педагогического совета
Протокол № 4
от "28" август 2021г.

Утверждаю

Заведующий МДОУ

“Красногорский детский сад”

Васильева Л.Л.Васильева

Директор № 46 0-9
от 28.08.2021г.

План работы
на летний оздоровительный период
с 01.06.2021 - 31.08.2021
в средней группе «НЕПОСЕДЫ»

Воспитатели: Аверьянова Т.Ю.

Цифренец Ю.А.



Цель летнего оздоровительного периода:

Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей с учетом их индивидуальных особенностей.
Полное удовлетворение потребностей растущего организма в отдыхе, творческой деятельности и движении.

Задачи на летний оздоровительный период:

- * создание комфортных условий для физического, психического, умственного, художественно-эстетического развития каждого ребенка;
- * организация здоровьесберегающего режима, предупреждение заболеваемости и травматизма;
- * обеспечение воспитательно-образовательного процесса соответствующим материалом и оборудованием.
- * реализация системы мероприятий, направленных на оздоровление и физическое воспитание детей, развитие самостоятельности, инициативности, любознательности, познавательной активности;
- * осуществление просвещения родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период

Ожидаемые результаты:

- ◀ Повышение функциональных возможностей организма.
- ◀ Снижение заболеваемости и приобщение детей к ЗОЖ.
- ◀ Обогащение знаний детей, повышение их интереса к окружающему миру, творчеству, познанию.
- ◀ Развитие интереса к природе, положительных эмоциональных отношений, желание беречь её и заботиться о ней.
- ◀ Формирование у детей привычки к здоровому образу жизни и развитие навыков безопасного поведения.

СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных образовательных организациях»;

Инструкция по организации охраны жизни и здоровья детей в детских садах и на детских площадках ;
ФГОС ДО;

Программа развития ДОУ;

Основная общеобразовательная программа дошкольного образования;

Приказ Минздрава России от 04.04.03 № 139 «Об утверждении инструкции по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений

Инструкции по организации охраны жизни и здоровья детей в детских садах и на детских площадках

Локальные акты ДОУ.

Режим дня детей средней группы (тёплый период года)

7-00 - 8-40 Утренний прием детей на свежем воздухе
8-40 – 8-50 Утренняя гимнастика. Совместная игровая деятельность.
8-50 – 9-00 Подготовка к завтраку
9-00 – 9-20 Завтрак
9-20 – 9-30 Гигиенические процедуры после завтрака
9-30 – 10-00 Игры, образовательные ситуации на игровой основе художественно- эстетического цикла
10-00-10-10 Второй завтрак
10-10-10-20 Подготовка к прогулке
10-20 – 11-55 Прогулка (игры, наблюдения, познавательная деятельность, воздушные, солнечные процедуры)
11-55 – 12-05 Подготовка к обеду
12-05 – 12-20 Обед
12-20 – 12-30 Гигиенические процедуры. Подготовка ко сну
12-30 – 15-10 Дневной сон
15-10 – 15-30 Подъем, гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры.
15-30 – 15-45 Полдник
15-45 – 16-00 Подготовка к прогулке
16-00 – 17-30 Прогулка (организованная игровая деятельность, наблюдения)
17-30 – 19-00 Уход детей домой

**Схема оздоровительно-профилактических мероприятий
на летний период**

<i>Мероприятия</i>	<i>Особенности организации</i>
Воздушные ванны	ежедневно, на утренней и вечерней прогулке; сон с доступом свежего воздуха
Солнечные ванны	при наличии головного убора
«Дорожка здоровья»	ежедневно, после дневного сна в течение 5-7 мин.
Мытье рук с самомассажем, пальчиковая гимнастика	ежедневно
Игры с водой и песком	ежедневно, на утренней и вечерней прогулке
Обливание и мытье ног и рук под теплым душем	ежедневно, после утренней прогулки
Утренняя гимнастика	ежедневно, на свежем воздухе
Гимнастика пробуждения	ежедневно, по мере пробуждения детей
Подвижные игры с физическими упражнениями	ежедневно, во время утренней и вечерней прогулки
Индивидуальная работа по развитию движений	ежедневно в 1 и 2 половину дня, на утренней и вечерней прогулках
Соки, фрукты, овощи кисломолочные продукты	При организации питания
Дыхательная, артикуляционная гимнастики	2-3 раза в день во время утренней зарядки, прогулки, после сна
Физкультурные занятия на улице	3 раза в неделю, с учетом двигательной активности
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно, совместно с воспитателем и под руководством воспитателя в помещении и на свежем воздухе
Физкультурный досуг	1 раз в неделю

Задачи по основным направлениям развития:

1. Социально-коммуникативное развитие:

- развивать у детей основы социального сознания;
- формировать навыки общения и поведения, чувства взаимоуважения, любви, сочувствия, доброжелательность;
- знакомить с правилами безопасного поведения;
- воспитывать дружеские взаимоотношения в совместной игре

2. Познавательное развитие:

- стимулировать интерес детей к познанию окружающего мира посредством представлений о природе и человеке;
- воспитывать у детей интерес, внимание и доброжелательное отношение к окружающему миру (живая и неживая природа, человек и все сферы его деятельности)

3. Речевое развитие:

- продолжать развивать речь и речевое общение дошкольников;
- развивать у детей способность слушать литературные произведения различных жанров, принимать участие в рассказывании знакомых произведений;

4. Художественно-эстетическое развитие:

- формировать у дошкольников умение создавать простейшие изображения, побуждать к самостоятельной передаче образов в рисунке, лепке, аппликации
- продолжать формировать у детей запас музыкальных впечатлений, использовать их в разных видах деятельности.

5. Физическое развитие:

- продолжать работу по укреплению здоровья, развитию двигательных способностей и качеств (ловкости, быстроты, силы, гибкости)
- формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности;
- знакомить с доступными для детей дошкольного возраста способами укрепления здоровья. «Тропа здоровья» (ходьба босиком по камешкам, песку, траве). Подвижные игры: «Столбики», «Самолеты», «Рыбачек», «Забрось мяч в корзину», «Ручеек», «Мы веселые ребята». Упражнения на равновесие: «Аист», «Змейка».

Работа с родителями.

ИЮНЬ

1. Консультация «Особенности летнего закаливания», «Купание – прекрасное закаливательное средство».
2. Папка-передвижка «Рецепты летних блюд», « Витаминные продукты которые их содержат», «Игры на прогулке летом».

ИЮЛЬ

1. Консультация «Чем занять детей летом?». «В жаркий день – на пляже, в бассейне, на даче».
2. Папка-передвижка «Полезные растения нашего края»
3. Фотовыставка «Ребенок на даче, на природе»

АВГУСТ

1. Консультация для родителей «Укусы насекомых».
2. Папка-передвижка «Полезные домашние растения»
3. Информационный стенд «Основы безопасности жизнедеятельности»
4. Фотовыставка на сайте «Как мы провели лето»

Физическое развитие. Комплекс утренней гимнастики на I-II неделю

Картотека стр.4-5 №10,11 - «Поезд» гимнастика после дневного сна «Забавная зарядка», «Веселые жучки».

Пальчиковая гимнастика:

Картотека стр.8 №12,13,14 - «Колеса машины крутятся, вертятся », «Транспорт», «Лодочка».

Картотека стр.9 №15,16 - «Пароход», «Кто приехал».

Дыхательная гимнастика:

Картотека стр.16 № 9,10 - «Веселый паровозик в пути», «Вырасти большой».

Подвижные игры:

Картотека стр.10 №11,12,13 - «Воробушки и автомобиль», «Цветные автомобили», «Поезд»,

Картотека стр.11 №14,15 - «Светофор», «Автобус»,

Картотека стр.12 №16,17 - «Стоп, машина, тише ход», «Красный, жёлтый, зелёный».

Комплекс утренней гимнастики на III-IV неделю

Картотека стр.6-7 №12,13 - «Покажите руки», гимнастика после дневного сна «Легкие платочки», «Детские ладошки».

Пальчиковая гимнастика:

Картотека стр.10 №17,18 - «Ладушки, ладушки», «Дождик», «Веер»,

Дыхательное упражнение:

Картотека стр.16-17 №11,12,13 - «Ветер-ветерок», «Рубим дрова», «Часики идут».

Упражнения на равновесие: «Грибы», «Змейка», «Не упади», "Невидимки».

Комплекс утренней гимнастики на V неделю

Картотека стр.8-9 №14,15 - «Веселая обезьянка», гимнастика после дневного сна «Ушки на макушке».

Пальчиковая гимнастика:

Картотека стр.12 №21,22 - «Пальчик, мальчик», «Мы умеем быстро бегать»,

Дыхательное упражнение:

Картотека стр.18 №14,15,16 - «Буль, буль», «Раздуваем костер», «Ветер в лесу».

Подвижные игры:

Картотека стр.8 №6,7,8 - «Перешагни палку», «Дождик», «Будь ловким».

Июнь- июль

<p>I- неделя «День защиты детей». Детство – это ты и я. . Цель: обогащение элементарных экологических представлений, развитие любознательности, развитие коммуникативных способностей, двигательной активности, развитие представлений о лете, приобретение избыточной информации, развитие памяти, развитие потребности в изобразительной деятельности.</p>	<p>II- неделя Моя Родина Россия. Цель: развитие патриотических чувств, развитие чувства принадлежности к мировому сообществу, овладение представлений о своем городе, улице, реке, климатических условий северного района, накопление литературного опыта.</p>	<p>III – неделя Неделя здоровья и спорта Цель: развивать двигательную активность, овладевать играми с мячами, шарами, развивать умения соблюдать правила в целях безопасности, ориентироваться в пространстве, познакомить с летними видами спорта.</p>	<p>IV – неделя «Дорожная азбука» Цель: уметь вступать в сотрудничество со сверстниками в разных формах коллективной деятельности, дать представление о правилах безопасного поведения, проявлять интерес к окружающему миру, обогащать словарный запас, проявлять интерес к собственной художественной деятельности</p>
<p>Понедельник. Разучивание стихотворения А.Пушкин «Ветер по морю гуляет» Наблюдение за насекомыми. П/и «Огуречик», «Мышеловка». Упражнять в прыжках в длину с разбега в течении недели. Вторник. Рисование «Первые цветы».</p>	<p>Понедельник. Чтение «Что я видел». Экскурсия по участкам д/с. П/и «По ровненькой дорожке», «Поезд». Упражнять в беге на перегонки в течении недели. Вторник. Чтение «Что я видел». Наблюдение за цветами. П/и «Карусели», «Воробьи и автомобили»</p>	<p>Понедельник. Рассматривание видов спорта в течении недели. Лепка «Мячики» (путем налепа) Наблюдение за насекомыми. П/и «Воробьи и автомобили», «Лохматый пес» Упражнять в лазании по лестнице в течении недели. Вторник.</p>	<p>Понедельник. Чтение М. Манакова «Учимся переходить дорогу» Игра- ситуация «Как вы с мамой переходите дорогу». Наблюдение за транспортом. П/и «Карусели», «Цветные автомобили». Упражнять в течении недели в подпрыгивании с ноги на ногу. Развлечение ко Дню защиты детей. Вторник.</p>

<p>Наблюдение за ветром. П\и «Карусели», «Веселые ребята» Д\и лото «Овощи» Среда. Рассказывание К.Ушинского «Утренние лучи» (придумать конец). Наблюдение за полезными растениями (подорожник). П\и «Мой веселый звонкий мяч», «Самолеты» Развлечение «Лето красное». Четверг. Аппликация коллективная «Лето красное». Наблюдение за облаками и движением солнца. П\и «У медведя во бору», «Зайцы и волк». Пятница. Чтение Р.Артюхова «Трудный вечер» Наблюдение за цветами (одуванчик, фиалка). П\и «Зайцы и волк», «Мышеловка» Д\и «Ботаническое лото», «Времена года».</p>	<p>Лепка «Цветок» путем налепа. Среда. Чтение «Что я видел». Экскурсия по улице Железнодорожной. П\и «Столбики», «Зайцы и волк» Развлечение «Мой город» Четверг. Чтение «Что я видел». Наблюдение за погодой. Экскурсия к бассейну. П\и «У медведя во бору», «Огуречик» Рисование «Дом многоэтжный». Пятница. Чтение «Что я видел». Наблюдение за трудом взрослых дворник, шофер. П\и «Цветные автомобили», «Мышеловка»</p>	<p>Д\и «Что можно делать?» (показ на картинке спортивного оборудования) Наблюдение за ветром. П\и «Ловишка» «Машина едет, едет - стоп» Среда. Рисование или раскрашивание «Летние виды спорта» Наблюдение за состоянием погоды (назови одним словом) П\и «Карусели», «Ловля парами» Четверг. Наблюдение за погодой. П\и по выбору детей Спортивный досуг (ориентирование на территории д/с.) Пятница. Разучивание «Мой веселый звонкий мяч». Аппликация коллективная «Летние виды спорта» Наблюдение за растениями (изменения, семена) П\и «Столбики», «Салки».</p>	<p>Игра- ситуация «Мы выходим со двора» Чтение: Б. Заходер «Шофёр» Раскрашивание картинок про лето. Наблюдение за солнцем. П\и «Столбики», «Удочка». Среда. Рассматривание плакатов и беседы по безопасности дорожного движения. Чтение Г. Носова «Безопасная дорога» Наблюдение за погодой П\и. «Воробьи и автомобили», «У медведя во бору» Д\и. лото «Корабли» Четверг. Рассматривание: сюжетных и предметных картинок на тему «Транспорт». Социально-коммуникативное развитие. С /р игра «Пароход». Аппликация «Корабль» С. Михалков «Песенка друзей» Наблюдение за транспортом. П\и «Карусели», «Светофор». Пятница. Беседа «Где можно и где нельзя играть». Чтение Л. Петрушевская «Поросёнок Петр и машина», Наблюдение за цветами. П\и «Ручеек», «Лохматый пес», Д\и «Собери машину»</p>
--	--	--	--

Физическое развитие. Комплекс утренней гимнастики на I-II неделю

Картотека стр. 10-11 №16,17 - «Любимые игрушки», гимнастика после дневного сна «Смешной Буратино».

Дыхательное упражнение:

Картотека стр.19 №17,18,19 - «Самолетики», «Трубач играет на трубе», «Бросим мячик».

Пальчиковая гимнастика:

Картотека стр.13 №23,24,25 - «Наши пальчики устали, «Мы играем на рояле». «Зайка скачет», игры с мячом.

Подвижные игры:

Картотека стр.8 №10,11,12 - «Автомобиль», «Барабан», «Игра с куклой».

Упражнение на дыхание:

Картотека стр.3 № 7,8,9 - «Одуванчики», «Песенка колокольчика», «Чей цветочек поднимется выше»

Упражнения на осанку: Важные цветы».

Упражнение на расслабление: «Ромашковое поле».

Подвижные игры:

Картотека стр.10,11,12 № 5,8,9,11,13. - «Бабочки и цветы», «Пчелки», «Беги к ромашке», «Пчёлы и медведь», «Найди свой цветок», «Беги к тому, что назову».

Комплекс утренней гимнастики на III-IV неделю

Картотека стр.2-3 №3,4 - «Ласковая киска, гимнастика после дневного сна «Лодочка», «Качели».

Пальчиковая гимнастика:

Картотека стр.6 № 5,6,7,8 - « 1,2,3,4,5 мы грибы идем искать». «В понедельник я проснулся», «Пой-ка, подпевай-ка», «Сидит белка на тележке», «Замок».

Дыхательное упражнение:

Картотека стр. 12 № 8,9 - «Ветер-ветерок», «Птичьи голоса».

Подвижная игра:

Картотека стр. 13,14-15 №18,19,20,21,23 - «Карлики и великаны», «Пузырь», «Огуречик», «Камешки спрятались», «Попади в цель».

Август

<p>I- неделя добрых волшебников Цель: обогащать и углублять представление о народном творчестве, приобщать к мировой культуре, развивать навыки лепки, рисования, аппликации. Упражнять в умении делать простые опыты.</p>	<p>II- неделя Маленькие строители Цель: ориентироваться в помещении д/с, группы, участка, формировать представление о городе Твери, лесе, реке Волге.</p>	<p>III – неделя Урожайная Цель: развивать представление о сезонах года, о деятельности человека летом, о растениях участка и нашего края, обогащать словарный запас, развивать художественное творчество</p>	<p>IV – неделя До свидания, лето Цель: развитие представлений о мире животных нашего края, обогатить знания о неживой природе путем познавательной - исследовательской и продуктивной деятельности.</p>
<p>Понедельник. Рассматривание предметов народно-прикладного искусства, чтение потешек. в течении всей недели. Заучивание «Ай-ду-ду». Лепка «Птички». Наблюдения за птицами. П\и «Поезд», «Зайцы и волк» Упражнять в прыжках на двух ногах через две линии в течении недели. Вторник. Заучивание П.Воронько «Про бычка». Раскрашивание дымковского коня. П\и «Цветные автомобили», « Среда.</p>	<p>Понедельник. Рассматривание картин про Бодайбо, р.Витим, о.Орон. Игра пальчиковая «Утро настало», «Этот пальчик и называют деревья». П\и «Хитрая лиса», «Ловля бабочек» Наблюдение за растениями (части растения). Упражнять в метании в даль в течении недели. Вторник. Рассматривание картин разного леса (березовая роща, ельник, тайга, дубовая роща и др.) Наблюдение за деревьями. П\и «Самолеты», «Зайцы и волк», «Найди предмет на участке»</p>	<p>Понедельник. Чтение «Золотой луг» М. Пришвин. Признаки живого на примере растения. П\и «Мышеловка», «Самолеты». Упражнять в лазании по лестнице. Вторник. Рассматривание иллюстраций растений нашего края. Наблюдение за растениями на клумбе д/с. П\и «Машина едет, едет-стоп», «Столбики». Рисование растений. Среда. Рассматривание картинок грибов. Игра пальчиковая «</p>	<p>Понедельник. Чтение «Воробей» Чарушин Наблюдение за насекомыми. «Красивые цветы» (рисование с помощью отпечатков рук на песке, выкладывание цветочков камешками, «Следы на песке» (отпечатки рук и босых ног) П\и «Бабочки и солнышко», «Солнечные зайчики». Упражнять в разных видах ходьбы в течении недели. Лепка «Насекомые». Вторник. Чтение Л. Модзалевский «Мотылёк» Пение «Про воробья», «Про пса»</p>

<p>Драматизация «Кто сказал мяу?»</p> <p>Наблюдение за цветами.</p> <p>П/и «У медведя во бору»</p> <p>Развлечение в избе «Хозяйкины помощники» (предметы обихода)</p> <p>Четверг.</p> <p>Заучивание «Тень, тень, потетень»</p> <p>Декоративная аппликация на полосе.</p> <p>Наблюдения за деревьями (названия по стволу)</p> <p>П/и «Воробьи и автомобили»</p> <p>Пятница.</p> <p>Опыты с водой.</p> <p>Д/и «Волшебный сундучок» (предметы из сказки).</p> <p>П/и «Лохматый пес».</p> <p>Выставка работ детей</p>	<p>Д/и «Что где растет?», «Кто где живет?»</p> <p>Среда.</p> <p>Наблюдение за погодой</p> <p>П/и «Воробьи и автомобили», «Мышеловка».</p> <p>Развлечение «В гостях у Лесовичка летом»</p> <p>Рисование «Кто живет в лесу?»</p> <p>Четверг.</p> <p>Рассказывание В, Бианки «Купание медвежат»</p> <p>Наблюдение за насекомыми.</p> <p>П/и «У медведя во бору», «Догони меня»</p> <p>Лепка «По замыслу».</p> <p>Пятница.</p> <p>Рассматривание книг про Бодайбо.</p> <p>Чтение стихов русских поэтов.</p> <p>Показ презентации «Мой край родной».</p> <p>П/и «Мы веселые ребята», «По ровненькой дорожке».</p>	<p>Мы грибы идем искать»</p> <p>Наблюдение за цветами.</p> <p>П/и «Цветные автомобили», «Поезд»</p> <p>Развлечение «Растения - наши друзья»</p> <p>Четверг.</p> <p>Чтение Я. Тайц «По грибы»</p> <p>Аппликация «Цветы».</p> <p>П/и «У медведя во бору» «Огуречик»</p> <p>Д/и «Отгадай растение по описанию».</p> <p>Пятница.</p> <p>Лепка «Урожай».</p> <p>Разучивание стихотворения Е Серова «Колокольчик».</p> <p>Пальчиковая игра «Назови цветы», «Назови растения».</p> <p>П/и «Ручеек», « Найди дерево, найди куст».</p> <p>Д/и «Ботаническое лото», «Овощи», «Собери цветы</p> <p>.</p>	<p>П/и «Лохматый пес», «Зайцы и волк»</p> <p>Рисование животных.</p> <p>Среда.</p> <p>Рассматривание открыток «Птицы нашего края»</p> <p>Чтение В. Бианки «Муравьишка»</p> <p>П/и «Ловля бабочек», Вечер загадок о животных.</p> <p>Рисование «Насекомые»</p> <p>Четверг.</p> <p>Чтение Лебедев- Кумач «Про умных зверюшек».</p> <p>Наблюдение за погодой</p> <p>П/и «Воробьи и автомобили», «Мышеловка»</p> <p>Аппликация «Животные нашего края»</p> <p>Пятница.</p> <p>Чтение М.Пришвина «Еж».</p> <p>Пение «Жили у бабуси», «Жил был у бабушки»</p> <p>П/и «Лохматый пес».</p> <p>Выставка детских работ.</p>
---	---	---	---

ИЮНЬ

Развитие кругозора и познавательно-исследовательской деятельности в природе (Наблюдения на прогулке)

Наблюдения за растениями.

За деревьями на участке: учить различать и называть их (берёза, тополь). Обратить внимание на то, что на деревьях зелёные листочки. Воспитывать любовь к природе, учить любоваться красотой первой зелени. Закрепить строение дерева (ствол, ветки, листья, корень).

За одуванчиком: познакомить детей с первыми луговыми цветами, показать их свежесть, нежность, красоту (бархатцы, ромашки). Учить различать, называть их; закрепить название частей растения (корень, стебель, лист, цветок). Воспитывать бережное отношение к живой природе.

За цветущими деревьями. Формировать представления о том, что на деревьях появляются цветы. Начало лета - период цветения. Напомнить, что зимой деревья были совсем без листьев, весной появились листики, а летом - цветочки.

Наблюдения за птицами.

За птицами на участке. Уточнить представление о знакомых птицах (ворона, голубь, воробей). Рассмотреть их. Чем питаются эти птицы зимой? Летом? Воспитывать любовь к пернатым друзьям.

Наблюдения за насекомыми.

Наблюдение за бабочками: рассмотреть бабочку, обратить внимание на красоту её крыльев.

За муравьями: обратить внимание на то, что с появлением тепла появились муравьи. Понаблюдать, чем заняты муравьи (строят муравейник, охраняют), почему они нападают на чужого муравья, как его прогоняют. Сделать вывод: муравьи - это трудолюбивые насекомые.

За комарами. Обратить внимание на то, как летает комар, как он пищит. Сделать выводы: комар - это насекомое, в дождливую, пасмурную погоду комаров больше. Напомнить, что после укуса комара нельзя расчёсывать место укуса.

Наблюдение за пауком. Познакомить детей с особенностями строения паука: головка, туловище, много ножек. Паук плетёт паутину и ловит в неё мошек.

Неживая природа

Сезонные и погодные явления.

За погодой. Учить отличать состояние погоды (солнечная, дождливая, пасмурная), учить наблюдать за природными явлениями и передавать свои впечатления. Воспитывать наблюдательность, развивать словарный запас. Примета: сильная роса к ясному дню

Полюбоваться красотой летнего дня (много солнца, весело щебечут воробьи, нежно воркуют голуби, много зелени - деревья, кусты, трава).

За погодой. Учить отличать состояние погоды, наблюдать за природными явлениями и передавать свои впечатления. Развивать наблюдательность с помощью вопросов. Какой сегодня день, если идет дождь? А если светит солнце? А если пасмурно?

Отметить характерные признаки летнего сезона. Тепло, светит яркое солнце, появляются насекомые, поют птицы, везде зелёная трава и цветы. Задать вопросы: Какое сейчас время года? Как вы догадались?

Наблюдение за явлениями природы.

Наблюдать приближение дождя: как темные тучи закрывают небо, ветер раскачивает деревья, сверкает молния, гремит гром.

За солнцем. Обратить внимание на то, какое солнце яркое и тёплое. Подставить лицо солнышку. Задать вопросы: Почему мы закрываем глаза, глядя на него? Какое солнце? (яркое, тёплое, доброе, лучистое). Активизировать речь детей.

Наблюдение за облаками. Обогащать представление детей о природе. Задать вопросы: На что похожи облака? (на вату, на сугробы). Почему они называются кучевые? (похожи на кучи).

Наблюдение за ветром с помощью вертушки и флага. Почему вертушка вертится? В какую сторону дует ветер? Откуда мы это знаем? Сделать вывод: деревья качаются, значит, дует ветер. Предложить загадку: Рук нет, а ворота открывает (ветер). Почему так говорят?

ИЮЛЬ

Развитие кругозора и познавательно-исследовательской деятельности в природе (Наблюдения на прогулке)

Наблюдения за растениями.

Наблюдение за травой. Дети сами называют траву. Взрослый уточняет: травушка-муравушка, трава шёлковая, после дождя или росы трава мокрая.

Наблюдение за цветами. Обратить внимание на их красоту. Цветы бывают разные: комнатные (вьюнок, герань), декоративные уличные (анютины глазки, георгины, гладиолусы) и полевые (колокольчики, ромашка, василёк, календула). Предложить полить цветы на клумбе (в группе). Воспитывать у детей любовь к природе, заботиться о ней, относиться бережно.

Наблюдение за деревьями, растущими на территории детского сада. Учить детей различать деревья: берёза, тополь, яблоня, ель, рябина, вяз.

Наблюдение за одуванчиками. Какие у него листочки по форме, по размеру? Какие цветочки (уже белые или ещё жёлтенькие)? Кто прилетает к цветочкам?

Наблюдения за животными.

Наблюдение за кошкой. Учить детей чутко относиться к животным. Следует дать возможность ребёнку освоиться при виде животного, не пугаться самому и не пугать животное. Уточнить и закрепить в словах части тела: уши, хвост, лапы. Шёрстка мягкая и пушистая.

Наблюдение за собакой. Закреплять названия частей тела и демонстрировать подражательные движения животных. Вопросы: чем кормят животных? Как называется мама и её детёныш? Как "говорит" тот или иной зверёк? Попросить назвать зверька ласково.

Наблюдения за птицами.

Наблюдение за птицами (голубями). Наблюдать за тем, как голуби пьют воду. Воспитывать любовь к пернатым друзьям.

Наблюдение за птицами (воробьями). Уточнить представление о воробьях. Рассмотреть их. Воспитывать любовь к пернатым друзьям.

Наблюдения за насекомыми.

Наблюдение за бабочками. Любоваться ими всем вместе, рассматривать строение их тела с помощью лупы. Дать понять, что она хрупкая. Формировать у детей бережное отношение к насекомым.

Наблюдение за кузнечиком. Послушать его стрекотание, наблюдать, как скачет и прячется в траве. Вызывать у детей доброе отношение к этому безобидному существу.

Неживая природа

Сезонные и погодные явления.

Наблюдение за лужами после дождя. Какие лужи по форме (круглые, овальные), по размеру (большие, маленькие). Почему появились лужи? Куда они исчезнут?

Наблюдение за характерными признаками лета. На улице тепло, светит солнце, листья на деревьях зеленые, везде зеленая трава, летает много различных насекомых, птиц, ветерок тёплый, дует не сильно, а приятно освежает.

Наблюдение за солнцем. Что значит "солнышко пригревает"? Показать детям разницу температур в тени и на "солнышке" (дети сидят на лавочке в тени и на солнце, трогают предметы в тени и на солнце). После чего детям становится понятна разница в температуре, и становится очевидным, что солнце обогревает всё вокруг себя.

Наблюдение за пасмурным небом (за тучами). Рассказать детям о разновидности туч (кучкообразные перед наступлением непогоды – небо затягивает тучами, сплошные тучи – небо закрыто тучами, вот-вот пойдёт дождь, и дождевые тучи – низкие, тёмные).

Наблюдение за явлениями природы.

Наблюдение за ветром. Вынести султанчики, вертушки, флажки.

Наблюдение за радугой. Обратит внимание детей на разноцветную радугу, объяснить, когда она появляется. Загадка: крашеное коромысло через речку повисло. Вопросы: почему радугу называют разноцветной? Попросить перечислить знакомые цвета (или все).

АВГУСТ

Развитие кругозора и познавательно-исследовательской деятельности в природе (Наблюдения на прогулке)

Наблюдения за растениями.

Наблюдение за растениями в огороде. Учить заботиться о растениях, наблюдать за их ростом и изменениями, появлению цветов, плодов.

Наблюдение за подорожником. Познакомить с лекарственным растением, объяснить назначение листьев, учить узнавать подорожник в природе. Поддерживать интерес к растениям.

Наблюдение за листьями. Рассмотреть листья разной величины, формы, от разных деревьев.

Наблюдение за цветами. Обратит внимание на их красоту. Предложить полить цветы на клумбе. Воспитывать у детей любовь к природе, заботиться о ней, относиться бережно.

Наблюдения за животными.

Наблюдение за птицами. Отметить особенности поведения разных птиц, размер, цвет оперения, строение тела.

Наблюдения за насекомыми.

Наблюдение за муравьями. Муравьи маленькие, но трудолюбивые. При наблюдении можно использовать лупу. Рассмотреть лапки, усики.

Наблюдение за пауком. Познакомить с особенностями строения: много ножек, головка и туловище. Паук плетёт паутину и ловит в неё мошек. Наблюдение за мухой. Есть крылья, ножки, усики.

Наблюдение за бабочками (мотыльками). Закрепить строение, поведение.

Неживая природа

Сезонные и погодные явления.

Наблюдение за дождеком. Обратит внимание детей на небо (тёмное, низкое); отсутствие солнышка, усиливается ветер. Вопросы по занятию.

Наблюдение за характерными признаками лета. Летом тепло, ярко светит солнце, вокруг зелёная трава, люди одеты легко, везде поют птицы, летают насекомые.

Наблюдение за солнцем. Солнце в конце лета греет, но уже не так сильно, дольше ночи, утром прохладно.

Наблюдение за явлениями природы.

Наблюдение за грозой, отметить приближение грозы, объяснить, что сейчас пойдёт дождь. Обратит внимание, что после грозы легко дышится, а птицы усиленно поют и щебечут. Развивать наблюдательность.

Наблюдение за небом. Обратит внимание есть ли облака на небе. На что они похожи? Предложить детям рассказать, на что, по их мнению, похоже конкретное облако. Почему облака движутся? Как движутся

Физическое развитие

ИЮНЬ

1 неделя

Учить детей ходить и бегать в колонне по одному, совершенствовать прыжок в длину с места, упражнять в бросании в горизонтальную цель, развивать глазомер. Учить детей ходить по ограниченной поверхности, ползать и катать мяч, упражнять в ходьбе, сохраняя равновесие, воспитывать смелость, развивать умение действовать по сигналу. П/игра «Воробышки и автомобиль»

2 неделя

Учить детей соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание, воспитывать ловкость. П/игра «В гости к куклам»

3 неделя

Познакомить детей с выполнением прыжка вперед на двух ногах, учить бросать в горизонтальную цель, совершенствовать умение реагировать на сигнал, развивать меткость, воспитывать проявление взаимовыручки. П/игра «Догоните меня»

4 неделя

Учить детей прыгать в длину с места, закреплять метание на дальность из-за головы, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений. П/игра «Догони мяч»

ИЮЛЬ

1 неделя

Учить детей ходить парами в определенном направлении, бросать мяч на дальность от груди, развивать умение катать мяч, воспитывать способность внимательно слушать и ждать сигнала для начала движения. П/игра «Через ручеек»

2 неделя

Продолжать учить детей ходьбе по скамейке, упражнять в метании на дальность от груди, развивать координацию движений, приучать детей согласовывать движения с движениями других детей, действовать по сигналу. П/игра «Солнышко и дождик»

3 неделя

Продолжать учить детей бросать в горизонтальную цель, прыгать в длину с места, закреплять умение ходить по кругу, взявшись за руки, развивать чувство равновесия. П/игра «Пузырь»

4 неделя

Учить детей бросанию на дальность, совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, упражнять в ходьбе друг за другом со сменой направления, развивать чувство равновесия и ориентировку в пространстве. П/игра «Самолеты»

АВГУСТ

1 неделя

Закреплять умение ходить в колонне по одному, упражнять в бросании в горизонтальную цель правой и левой рукой, совершенствовать прыжки в длину с места, учить во время броска соблюдать указанное направление, развивать внимание и ловкость. П/игра «Пузырь»

2 неделя

Учить детей прыгать в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске, развивать чувство равновесия, глазомер, ловкость и координацию движений, воспитывать дружеские взаимоотношения. П/игра «Птички в гнздышках»

3 неделя

Упражнять в бросании в горизонтальную цель, учить прыгать в длину с места, развивать глазомер, ориентировку в пространстве, воспитывать чувство взаимопомощи. Учить детей ходить по ограниченной поверхности, ползать и катать мяч, упражнять в ходьбе, сохраняя равновесие, воспитывать смелость, развивать умение действовать по сигналу. П/игра «Бегите ко мне»

4 неделя

Учить детей метанию на дальность двумя руками из-за головы и катанию мяча в воротца, приучать сохранять направление при метании и катании мячей. П/и «Кошка и мышки»

5 неделя

Учить детей прыгать с высоты, упражнять в метании в горизонтальную цель, повторить ходьбу на четвереньках, способствовать развитию координации движений, умению сохранять определенное направление при броске предметов. П/и «Мой веселый звонкий мяч»

Комплексы утренней гимнастики

ИЮНЬ

Комплекс 1

1 Солнышко

И. п.: ноги слегка расставлены, руки опущены, висят вдоль тела.

Выполнение: поднять руки вверх, потянуться, опустить руки. Повторить: 4 раза.

2. «ТУК-ТУК»

И. п.: ноги шире плеч, руки внизу.

Выполнение: наклон вперед, постучать ладонками по коленям.

Повторить: 4-5 раз.

3. «Прятки»

И. п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Выполнение: присесть на корточки — «дети спрятались», кисти рук положить на колени.

Повторить: 4-5 раз.

4. «Часики»

И. п.: стоя около стульчика, ноги слегка расставлены, руки опущены, висят вдоль тела.

Выполнение: раскачивание рук вперед-назад — «тик-так». Повторить: 4 раза.

5. «Окошко»

И. п.: сидя на стульчике, ноги параллельно, руки на коленях.

Выполнение: наклон вперед, руки немного согнуть в локтях; повороты головой вправо-влево — «смотрим в окошко»; выпрямиться.

Повторить: 4-5 раз.

6. «Мячик»

И. п.: произвольное. Выполнение: подскоки на месте. Повторить: 6-8 раз.

Комплекс 2

«Веселые погремушки»

Инвентарь: погремушки на каждого ребенка.

Есть веселые игрушки,

- Бом-бом-бом, бом-бом-бом! Им название - погремушки,

- Бом-бом-бом, бом-бом-бом! Любят дети в них играть,

С ними прыгать и скакать!

1. «Поиграй перед собой»

И. п.: ноги слегка расставить, погремушки за спину. Погремушки вперед, пограть и спокойно опустить за спину. Дыхание произвольное. Повторить 4 раза.

2. «Покажи и поиграй»

И. п.: ноги врозь, погремушки у плеч. Поворот вправо, показать, поиграть, сказать «вот». Вернуться в и. п. То же в другую сторону. Повторить по 2 раза.

3.«Погремушки к коленям»

И. п.: ноги врозь, погремушки в стороны. Наклон вперед, погремушки к коленям - выдох. Вернуться в и. п. Повторить 3 - 4 раза. Обращать внимание детей на то, чтобы при наклоне вперед они старались ноги в коленях не сгибать.

4.«Прыг-скок»

И. п.: ноги слегка расставить, погремушки опущены; 4-6 подпрыгиваний; 4 - 6 шагов со взмахом погремушками. Повторить 2 раза.

5.«Погремушкам спать пора»

И. п.: ноги врозь, погремушки вниз. Погремушки в стороны, вдох носом. Вернуться в и. п., выдох ртом, губы трубочкой. Повторить 2 – 3 раза.

При последнем повторении упражнения - присесть на корточки, погремушки под щечку.

ИЮЛЬ

Комплекс 1

1. «Птички»

И. п.: ноги слегка расставлены, руки опущены, висят вдоль тела.

Выполнение: развести руки в стороны, помахать ими, опустить.

Повторить: 4 раза.

2. «Птички пьют»

И. п.: ноги шире плеч, руки внизу.

Выполнение: наклон вперед, руки отвести назад, выпрямиться.

Повторить: 4-5 раз.

3. «Прыг-скок»

И. п.: произвольное. Выполнение: подскоки на месте.

4. «Хлопки»

И. п.: ноги слегка расставлены, руки опущены, висят вдоль тела.

Выполнение: поднять руки вперед, хлопнуть, опустить. Повторить: 4 раза.

5. «Петрушки»

И. п.: ноги шире плеч, руки внизу.

Выполнение: наклон вперед, руки развести в стороны, выпрямиться.

Повторить: 4-5 раз.

6. «Пружинки»

И. п.: произвольное.

Выполнение: мягкие пружинящие полуприседания на месте.

Повторить: 6-8 раз.

Комплекс 2

«Мы — пушистые комочки»

Мы — пушистые комочки, Машины сынки и дочки,

Желтые цыплятки —

Веселые ребятки.

Любим мы играть,

Червячков копать.

Как домой вернемся с улицы,

Нас обнимет мама-курица.

1. «Цыплята»

И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Руки в стороны; помахать ими — крылышки машут; опустить руки. Вернуться в и. п. Опускать руки медленно и говорить «пи, пи, пи». Повторить 3 - 4 раза.

2. «Цыплята пьют водичку»

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, руки отвести назад, сказать «пьют». Вернуться в и. п. Голову приподнимать.

Повторить 4 раз.

3. «Мы — пушистые комочки»

И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. Присесть, руками обхватить колени. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 3 - 4 раза.

4. «Шалуны»

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. 2—3 — «пружинки»; 4 - 6 подпрыгиваний; 6 - 8 шагов со взмахом руками. Дыхание произвольное. Повторить 3 раза.

5. «Цыплятам спать пора»

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «спа-а-ать».

Повторить 3 раза.

АВГУСТ

Комплекс 1

«Надо чисто умываться по утрам и вечерам!»

Чтобы быть здоровым,
Чистым и красивым,
Нужно умываться
Белым нежным мылом!
Полотенцем растереться,
Причесаться гребешком,
В одежду чистую одеться
И в детский сад пойти потом!

1. «Чистые ладошки»

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Одну руку вперед, повернуть ладонь вверх. Вернуться в и. п. То же другой рукой. Повторить по 2 раза.

2. «Стряхнем водичку»

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Руки вверх; круговые движения кистью — «стряхивают водичку»; руки на пояс. Дыхание произвольное. Повторить 3 – 4 раза.

3. «Помоем ножки»

И. п.: ноги врозь, руки за спину. Наклон вперед, хлопнуть два раза по коленям, сказать «моем чисто». Руки за спину. Ноги в коленях не сгибать. Повторить 3 – 4 раза.

4. «Мы — молодцы!»

И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. 6- 8 подпрыгиваний и 6 – 8 шагов. Прыгать легко, мягко. Дыхание произвольное. Повторить 2 раза.

5. «Чтобы чистым быть всегда, Людям всем нужна... (вода)!»

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Подняться на носки; руки в стороны, вдох носом. Опуститься на всю стопу, руки на пояс, на выдохе произнести «вода-а-а». Повторить 3 раза.

Комплекс 2

«Разноцветные мячи»

Инвентарь: мячи в соответствии с количеством детей в группе.

- Очень любят все ребята В мячики играть, С разноцветными мячами Упражненья выполнять! Мячики разные - Зеленые и красные, Крепкие, новые, Звонкие, веселые.

1. «Выше мяч»

И. п.: ноги слегка расставить, мяч опущен. Мяч вверх, посмотреть, опустить, сказать «вниз». Повторить 3 – 4 раза.

2. «Вот он»

И. п.: ноги врозь, мяч перед грудью. Наклон вперед, мяч вперед, сказать «вот он». Вернуться в и. п. Повторить 3 – 4 раза. Ноги в коленях не сгибать.

3. «Веселый мяч»

И. п.: ноги слегка расставить, мяч перед ногами, руки за спину. Присесть, катать мяч от руки к руке, остановить и быстро выпрямиться. Повторить 3-4 раза.

4. «Подпрыгивание»

И. п.: ноги слегка расставить, мяч на земле, около ног, руки на пояс. Подпрыгивание вокруг мяча - круг и 6 – 8 шагов со взмахом рук. Дыхание произвольное. Повторить 2 раза.

5. «К себе и вниз»

И. п.: то же, мяч опущен. Мяч к себе, носом - вдох. Мяч опустить, на выдохе произнести: «вни-и-из». Повторить 3 раза.

Дыхательная гимнастика

Дыхательная гимнастика «Жук»

Цель: тренировать силу вдоха и выдоха.

ИП: малыш стоит или сидит, скрестив руки на груди. Разводит руки в стороны, поднимает голову – вдох, скрещивает руки на груди, опускает голову – выдох: «жу-у-у - сказал крылатый жук, посижу и пожужжу».

Дыхательная гимнастика «Качели»

Цель: укреплять физиологическое дыхание у детей.

Ребенку, находящемуся в положении лежа, кладут на живот в области диафрагмы легкую игрушку. Вдох и выдох – через нос.

Взрослый произносит рифмовку:

Качели вверх (вдох),

Качели вниз (выдох),

Крепче ты, дружок, держись.

Дыхательная гимнастика «Петушок»

Цель: укреплять физиологическое дыхание у детей.

ИП: стоя прямо, ноги врозь, руки опустить. Поднять руки в стороны (вдох), а затем хлопнуть ими по бедрам (выдох), произносить «ку-ка-ре-ку».

Дыхательная гимнастика «Дерево на ветру»

Цель: формирование дыхательного аппарата.

ИП: сидя на полу, скрестив ноги (варианты: сидя на коленях или на пятках, ноги вместе). Спина прямая. Поднимать руки вверх над головой с вдохом и опускать вниз, на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь при этом в туловище, будто гнется дерево.

Дыхательная гимнастика «Дровосек»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

Встать прямо, ноги чуть шире плеч. На вдохе сложите руки топориком и поднимите их вверх. Резко, словно под тяжестью топора, вытянутые руки на выдохе опустите вниз, корпус наклоните, позволяя рукам "прорубить" пространство между ногами. Произнесите "бах". Повторите с ребенком шесть-восемь раз.

Дыхательная гимнастика «Сердитый ежик»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

Встать, ноги на ширине плеч. Представьте, как ежик во время опасности сворачивается в клубок. Наклонитесь как можно ниже, не отрывая пятки от пола, обхватите руками грудь, голову опустите, произнеся на выдохе "п-ф-ф" - звук, издаваемый сердитым ежиком, затем "ф-р-р" - а это уже довольный ежик. Повторите с ребенком три-пять раз.

Дыхательная гимнастика «Надуй шарик»

Цель: тренировать силу вдоха и выдоха.

ИП: ребенок сидит или стоит. «Надувая шарик» широко разводит руки в стороны и глубоко вдыхает, затем медленно сводит руки, соединяя ладони перед грудью и выдувает воздух – ффф. «Шарик лопнул» - хлопнуть в ладоши, «из шарика выходит воздух» - ребенок произносит: «шшш», вытягивая губы хоботком, опуская руки и оседая, как шарик, из которого выпустили воздух.

Дыхательная гимнастика «Гуси летят»

Цель: укреплять физиологическое дыхание у детей.

Медленная ходьба. На вдох – руки поднять в стороны, на выдох - опустить вниз с произнесением длинного звука «г-у-у-у».

Дыхательная гимнастика «Паровозик»

Цель: формирование дыхательного аппарата.

Ходьба, делая попеременные движения руками и приговаривая: «чух-чух-чух». Через определенные промежутки времени можно останавливаться и говорить «ту-тууу». Продолжительность – до 30 секунд.

Дыхательная гимнастика «Вырасти большой»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

ИП: стоя прямо, ноги вместе. Поднять руки вверх, хорошо потянуться, подняться на носки – вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню – выдох. На выдохе произнести «у-х-х-х»! Повторить 4-5 раз.

Дыхательная гимнастика «Часики»

Цель: укреплять физиологическое дыхание у детей.

ИП: стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так». Повторить до 10 раз.

Дыхательная гимнастика «Каша кипит»

Цель: формирование дыхательного аппарата.

ИП: сидя, одна рука лежит на животе, другая - на груди. Вытягивая живот и набирая воздух в легкие – вдох, опуская грудь (выдыхая воздух) и выпячивая живот – выдох. При выдохе громко произносить звук «ф-ф-ф-ф». Повторить 3-4 раза.

Дыхательная гимнастика «Воздушный шарик»

Цель: укреплять физиологическое дыхание у детей.

ИП: Лежа на полу, ребенок кладет руки на живот. Делая медленный глубокий вдох, надувает живот, одновременно представляя, что в животе надувается воздушный шарик. Задерживает дыхание на 5 секунд. Делает медленный выдох, живот сдувается. Задерживает дыхание на 5 секунд. Выполняется 5 раз подряд.

Дыхательная гимнастика «Насос»

Цель: укреплять физиологическое дыхание у детей.

Малыш ставит руки на пояс, слегка приседает – вдох, выпрямляется – выдох. Постепенно приседания становятся ниже, вдох и выдох длительнее. Повторить 3 – 4 раза.

Дыхательная гимнастика «Ножницы»

Цель: формирование дыхательного аппарата.

И.п. - то же. Прямые руки вытянуты вперед или в стороны на уровне плеч, ладони смотрят вниз. С вдохом левая рука поднимается вверх, правая опускается вниз. С выдохом – левая рука вниз, правая вверх. После освоения ребенком этого упражнения можно его изменить: двигаются не руки от плеча, а только кисти рук.

Дыхательная гимнастика «Трубач»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

ИП: сидя, кисти рук сжаты в трубочку, подняты вверх. Медленный выдох с громким произнесением звука «п-ф-ф-ф-ф».

Повторить до 5 раз.

Дыхательная гимнастика «Пружинка»

Цель: формирование дыхательного аппарата.

ИП: лежа на спине; ноги прямые, руки вдоль туловища. Поднять ноги и согнуть их в коленях, прижать к груди (выдох). Вернуться в ИП (вдох). Повторить 6-8 раз.

Дыхательная гимнастика «Кто дальше загонит шарик»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

Сядьте с малышом за стол, положите перед собой два ватных шарика (разноцветные несложно найти в супермаркетах, а белые сделать самим из ваты). Дуйте на шарики, как можно сильнее, стараясь сдуть их со стола.

Дыхательная гимнастика «Подуй на одуванчик»

Цель: тренировать силу вдоха и выдоха.

ИП: малыш стоит или сидит. Делает глубокий вдох носом, затем длинный выдох через рот, как будто хочет сдуть с одуванчика пух.

Дыхательная гимнастика «Ветряная мельница»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

Ребенок дует на лопасти игрушки-вертушки

Дыхательная гимнастика «Курочка»

Цель: развитие плавного, длительного вдоха.

ИП: ребёнок стоит прямо, слегка расставив ноги, руки опущены, разводит руки широко в стороны, как крылья – вдох; на выдохе наклоняется, опустив голову и свободно свесив руки, произносит: «тах-тах-тах», одновременно похлопывая себя по коленям.

Дыхательная гимнастика «Парящие бабочки»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

Вырезать из бумаги бабочек и подвесить их на нитках. Предложить ребенку подуть на бабочку так, чтобы она полетела (при этом следить, чтобы ребенок сделал длительный плавный выдох).

Дыхательная гимнастика «Аист»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

Стоя прямо, разведите руки в стороны, а одну ногу, согнув в колене, вынесите вперед. Зафиксируйте положение на несколько секунд. Держите равновесие. На выдохе опустите ногу и руки, тихо произнося "ш-ш-ш-ш". Повторите с ребенком шесть-семь раз.

Дыхательная гимнастика «В лесу»

Цель: формировать правильное речевое дыхание.

Представьте, что вы заблудились в густом лесу. Сделав вдох, на выдохе произнесите "ау". Меняйте интонацию и громкость и поворачивайтесь то влево, то вправо. Повторите с ребенком пять-шесть раз.

Дыхательная гимнастика «Волна»

Цель: тренировать силу вдоха и выдоха.

ИП: лежа на полу, ноги вместе, руки по швам. На вдохе руки поднимаются над головой, касаясь пола, на выдохе медленно возвращаются в исходное положение. Одновременно с выдохом ребенок говорит "Вни-и-и-з". После освоения ребенком этого упражнения проговаривание отменяется.

Дыхательная гимнастика «Хомячок»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

Предложите ребенку пройти несколько шагов (до 10-15), надув щёки, как хомячок, затем легко хлопнуть себя по щекам – выпустить воздух изо рта и пройти ещё немного, дыша носом.

Дыхательная гимнастика «Лягушонок»

Цель: формировать правильное речевое дыхание.

Расположите ноги вместе. Представьте, как лягушонок быстро и резко прыгает, и повторите его прыжки: слегка приседая, вдохнув, прыгните вперед. Приземлившись, "квакните". Повторите три-четыре раза.

Подвижные игры на прогулке

ИЮНЬ

1 неделя

1 П/и «Бездомный заяц»

Цель: быстро бегать; ориентироваться в пространстве.

Ход игры: Выбирается «охотник» и «бездомный заяц». Остальные «зайцы» стоят в обручах – «домиках». «Бездомный заяц» убегает, а «охотник» догоняет. «Заяц» может встать в домик, тогда «заяц», стоявший там, должен убежать. Когда «охотник» поймал «зайца», он сам становится им, а «заяц» - «охотником».

2. П/и «Удочка»

Цель: учить правильно подпрыгивать: оттолкнуться и подобрать ноги.

Ход игры: Дети стоят по кругу, в центре – воспитатель с веревкой в руках, на конце которой привязан мешочек. Воспитатель крутит веревку, а дети должны перепрыгнуть.

3. П/и «Ловишки»

Цель: развивать ловкость, быстроту.

Ход игры: С помощью считалочки выбирается ловишка. Он становится в центре. Дети стоят в одной стороне. По сигналу дети перебегают на другую сторону, а ловишка старается их поймать. Пойманный становится ловишкой. В конце игры говорят, какой ловишка самый ловкий.

4. П/и (русская народная) «Пчелки и ласточка»

Цель: развивать ловкость, быстроту реакции.

Ход игры: Играющие дети-«пчелки» сидят на корточках. «Ласточка» - в своем гнезде. «Пчелки» (сидят на поляне и напевают):

Пчелки летают, медок собирают!

Зум, зум, зум! Зум, зум, зум!

Ласточка: - *Ласточка летает, пчелок поймает.*

Вылетает и ловит «пчел». Пойманный становится «ласточкой».

5. «Воробушки и автомобиль» - Приучать детей бегать в разных на

правлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить свое место

2 неделя

1. П/и «Кот на крыше»

Цель: развивать координацию движений; развивать ритмичную, выразительную речь.

Ход игры: Дети становятся в круг. В центре – «кот». Остальные дети – «мыши». Они тихо подходят к «коту» и, грозя друг другу пальцем, говорят хором вполголоса:

Тише мыши, тише мыши...

Кот сидит на нашей крыше.

Мышка, мышка, берегись.

И коту не попадись!

После этих слов «кот» гонится за мышками, те убегают. Нужно отметить чертой мышкин дом – норку, куда «кот» не имеет права забегать.

2. П/и «Жмурки»

Цель: учить внимательно слушать текст; развивать координацию в пространстве.

Ход игры: Жмурка выбирается при помощи считалки. Ему завязывают глаза, отводят на середину площадки, и поворачивают несколько раз вокруг себя. Разговор с ним:

- *Кот, кот, на чем стоишь?*

- *На мосту.*

- *Что в руках?*

- *Квас.*

- *Лови мышей, а не нас!*

Игроки разбегаются, а жмурка их ловит. Пойманного игрока жмурка должен узнать, назвать его по имени, не снимая повязки. Тот становится жмуркой.

3. П/и «Совушка»

Цель: учиться неподвижно стоять некоторое время, внимательно слушать.

Ход игры: Играющие свободно располагаются на площадке. В стороне («в дупле») сидит или стоит «Сова». Воспитатель говорит: *«День наступает – все оживает»*. Все играющие свободно двигаются по площадке, выполняя различные движения, имитируя руками полет бабочек, стрекоз и т.д.

Неожиданно произносит: *«Ночь наступает, все замирает, сова вылетает»*. Все должны немедленно остановиться в том положении, в котором их застали эти слова, и не шевелиться. «Сова» медленно проходит мимо играющих и зорко осматривает их. Кто пошевелится или засмеется, того «сова» отправляет к себе в «дупло». Через некоторое время игра останавливается, и подсчитывают, сколько человек «сова» забрала к себе. После этого выбирают новую «сову» из тех, кто к ней не попал. Выигрывает та «сова», которая забрала себе большее число играющих.

4. П/и «Самолеты»

Цель: учить легкости движений, действовать после сигнала.

Ход игры: Перед игрой необходимо показать все игровые движения. Дети становятся на одной стороне площадки. Воспитатель говорит *«К полету готовы. Завести моторы!»*. Дети делают вращательные движения руками перед грудью. После сигнала *«Полетели!»* разводят руки в стороны и разбегаются по залу. По сигналу *«На посадку!»* играющие направляются на свою сторону площадки.

5. П/и «Охотник и зайцы»

Цель: учить метать мяч в подвижную цель.

Ход игры: На одной стороне – «охотник», на другой в нарисованных кругах по 2-3 «зайца». «Охотник» обходит площадку, как бы разыскивая следы «зайцев», затем возвращается к себе. Воспитатель говорит: «Выбежали на полянку зайцы». «Зайцы» прыгают на двух ногах, продвигаясь вперед. По слову «охотник», «зайцы» останавливаются, поворачиваются к нему спиной, а он, не сходя с места, бросает в них мячом. Тот «заяц», в которого попал «охотник», считается подстреленным, и «охотник» уводит его к себе.

3 неделя

1. П/и «Такой листок - лети ко мне»

Цель: развивать внимание, наблюдательность; упражнять в нахождении листьев по сходству; активизировать словарь.

Ход игры: Воспитатель с детьми рассматривает листья, упавшие с деревьев. Описывает их, говорит, с какого они дерева. Через некоторое время, раздает детям листья от разных деревьев, находящихся на участке, и просит внимательно его послушать.

Показывает лист от дерева и говорит: «У кого такой же листок, бегите ко мне!»

2. «Вот поезд наш едет» - Приучать ходить цепочкой, положив руки на плечи друг другу. Воспитывать у детей интерес к двигательной активности.

3. П/и «Бездомный заяц»

Цель: быстро бегать; ориентироваться в пространстве.

Ход игры: Выбирается «охотник» и «бездомный заяц». Остальные «зайцы» стоят в обручах – «домиках». «Бездомный заяц» убегает, а «охотник» догоняет. «Заяц» может встать в домик, тогда «заяц», стоявший там, должен убежать. Когда «охотник» поймал «зайца», он сам становится им, а «заяц» - «охотником».

4. П/и «Лиса в курятнике»

Цель: учить мягко прыгивать, сгибая ноги в коленях; бегать не задевая друг друга, увертываться от ловящего.

Ход игры: На одной стороне площадки очерчивается «курятник». В нем на насесте (на скамейках) сидят «куры».

На противоположной стороне площадки находится нора лисы. Все остальное место – двор. Один из играющих назначается «лисой», остальные – «куры». По сигналу «куры» прыгивают с насеста, ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу: «Лиса!» - «куры» убегают в курятник и взбираются на насест, а «лиса» старается утащить «курицу», не успевшую спастись, и уводит ее в свою нору. Остальные «куры» снова прыгивают с насеста, и игра возобновляется. Игра заканчивается, когда «лиса» поймает двух-трех «кур».

5. П/и «Пробеги тихо»

Цель: учить бесшумно двигаться.

Ход игры: Дети делятся на группы из 4-5 человек, распределяются на три группы и выстраиваются за чертой. Выбирают водящего, он садится посередине площадки и закрывает глаза. По сигналу одна подгруппа бесшумно бежит мимо водящего на другой конец площадки. Если водящий услышит, он говорит «Стой!» и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, водящий говорит какая группа бежала. Если он правильно указал группу, дети отходят в сторону. Если ошибся, они возвращаются на свои места. Так поочередно пробегают все группы. Выигрывает та группа, которая пробежала тихо и которую водящий не смог обнаружить.

4 неделя

1. П/и «Зайцы и волк»

Цель: учить правильно прыгать на двух ногах; слушать текст и выполнять движения в соответствии с текстом.

Ход игры: Одного из играющих выбирают «волком». Остальные – «зайцы». В начале игры «зайцы» стоят в своих домиках, волк находится на противоположной стороне. «Зайцы» выходят из домиков, воспитатель говорит:

Зайцы скачут скок, скок, скок,

На зеленый на лужок.

Травку щиплют, кушают,

Осторожно слушают – не идет ли волк.

Дети прыгают, выполняют движения. После этих слов «волк» выходит из оврага и бежит за «зайцами», они убегают в свои домики. Пойманных «зайцев» «волк» отводит к себе в овраг.

2. П/и «Кто скорее до флажка?»

Цель: развивать быстрый бег, ловкость.

Ход игры: Дети распределяются на несколько команд. На расстоянии 3 м от исходной черты ставятся флажки. По сигналу воспитателя надо прыжками на двух ногах допрыгать до флажка, обогнуть его и бегом возвратиться в конец своей колонны.

3. П/и «Птички и кошка»

Цель: учить двигаться по сигналу, развивать ловкость.

Ход игры: В большом кругу сидит «кошка», за кругом – «птички». «Кошка» засыпает, а «птички» впрыгивают в круг и летают там, присаживаются, клюют зерна. «Кошка» просыпается и начинает ловить «птиц», а они убегают за круг. Пойманных «птичек» кошка отводит в середину круга. Воспитатель подсчитывает, сколько их.

4. П/и « Не попадись!»

Цель: учить правильно прыгать на двух ногах; развивать ловкость.

Ход игры: Кладется шнур в виде круга. Все играющие стоят за ним на расстоянии полушага. Выбирается водящий. Он становится внутри круга. Остальные дети прыгают в круг и обратно. Водящий бежит по кругу, стараясь коснуться играющих в то время, когда они находятся внутри. Через 30-40сек. Воспитатель прекращает игру.

5. «Лохматый пес» - Учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения, бегать, стараясь не попадаться ловящему и не толкаясь.

ИЮЛЬ

1 неделя

1. П/и «К названному дереву беги»

Цель: тренировать в быстром нахождении названного дерева; закреплять названия деревьев; развивать быстрый бег.

Ход игры: выбирается водящий. Он называет дерево, все дети должны внимательно слушать, какое дерево названо, и в соответствии с этим перебежать от одного дерева к другому. Водящий внимательно следит за детьми, кто побежит не к тому дереву, отводит на скамейку штрафников.

2. П/и «Жуки»

Цель: развивать координацию движений; развивать ориентацию в пространстве; упражнять в ритмичной, выразительной речи.
Ход игры: Дети-жуки сидят в своих домах (на скамейке) и говорят: «Я жук, я тут живу, жужжу, жужжу:ж-ж-ж». По сигналу педагога «жуки» летят на поляну, греются на солнышке и жужжат, по сигналу «дождь» возвращаются в домики.

3.П/и «Найди себе пару»

Цель: учить быстро бегать, не мешая друг другу; закреплять названия цветов.

Ход игры: Воспитатель раздает разноцветные флажки играющим. По сигналу воспитателя дети бегают, при звуке бубна находят себе пару по цвету флажка и берутся за руки. В игре должно принимать участие нечетное кол-во детей, чтобы один остался без пары. Он и выходит из игры.

4.П/и «Такой листок - лети ко мне»

Цель: развивать внимание, наблюдательность; упражнять в нахождении листьев по сходству; активизировать словарь.

Ход игры: Воспитатель с детьми рассматривает листья, упавшие с деревьев. Описывает их, говорит, с какого они дерева. Через некоторое время, раздает детям листья от разных деревьев, находящихся на участке, и просит внимательно его послушать.

Показывает лист от дерева и говорит: «У кого такой же листок, бегите ко мне!»

5.П/и (русская народная) «Зимующие и перелетные птицы»

Цель: развивать двигательные навыки; закреплять представление о поведении птиц зимой.

Ход игры: Дети надевают шапочки птиц (перелетных и зимующих). В середине площадки на расстоянии друг от друга стоят два ребенка в шапочках Солнышка и Снежинки. «Птицы» бегают врассыпную со словами:

Птички летают, зерна собирают.

Маленькие птички, птички-невелички».

После этих слов «перелетные птицы» бегут к Солнцу, а «зимующие» - к снежинке. Чей круг быстрее соберется, тот и выиграл.

2 неделя

1. У медведя во бору

Цель:Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу, навык коллективного движения. Упражнять в беге по определенному направлению, с увертыванием, развивать речь.

Ход игры:

На одной стороне площадки проводится черта – это опушка леса. За чертой, на расстоянии 2-3 шагов очерчивается место для медведя. На противоположной стороне дом детей. Воспитатель назначает медведя, остальные дети – у себя дома. Воспитатель говорит: «Идите гулять!». Дети направляются к опушке леса, собирая ягоды, грибы, имитируя движения и хором говорят: «У медведя во бору, грибы ягоды беру.

А медведь сидит и на нас рычит». Медведь в это время сидит на своем месте. Когда играющие произносят «Рычит!» медведь встает, дети бегут домой. Медведь старается их поймать – коснуться. Пойманного медведь отводит к себе. После 2-3 пойманных выбирается новый медведь.

2. Подбрось и поймай

Цели: учить детей подбрасывать мяч вверх, и ловить его двумя руками, не прижимая к груди. Развивать координацию движений, глазомер.

Ход игры:

на двух столбиках (стойках) натянута веревочка на высоте поднятой вверх руки ребенка. Он подбрасывает мяч через веревочку и ловит его на противоположной стороне.

Варианты:

если играют несколько детей, то можно провести между ними соревнование. Побеждает тот, кто большее количество раз поймал мяч за обусловленное число бросков (8—10 раз).

Детей можно разделить на пары. Одни подбрасывают и ловят мячи, а другие считают или все становятся в круг, а один или двое из играющих выходят в середину круга и подбрасывают мяч. Все наблюдают за правильностью выполнения задания.

Можно включить и такие упражнения: подбросив мяч вверх, подождать, пока он ударится о землю, а затем уже поймать; ударить мячом о землю и поймать его; подбросить мяч повыше, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; подбросить мяч, быстро повернуться кругом и после отскока мяча от земли поймать его

3. Найди, где спрятано

Цели: учить детей ходить по всему залу, ища спрятанный предмет. Развивать внимание выдержку.

Ход игры:

дети поворачиваются лицом к стенке, воспитатель прячет флажок и говорит: «Пора», дети ищут спрятанный флажок. Тот, кто найдёт первым, прячет его при повторении игры.

Правила: не подглядывать за воспитателем, куда будет прятать флажок.

Варианты: воспитатель говорит холодно если дети далеко от спрятанного предмета, горячо — если рядом.

4. Лохматый пес»

Цель: Приучать детей поочередно выполнять разные действия. Упражнять в беге.

Ход игры: Один из детей изображает пса; он ложится на коврик, голову кладёт на протянутые руки. Остальные дети тихонько подходят к нему со словами: Вот лежит лохматый пёс, В лапы свой уткнувши нос, Тихо, смирно он лежит, Не то дремлет, не то спит. Подойдём к нему, разбудим И посмотрим, что-то будет. Пёс вскакивает, начинает лаять. Дети разбегаются. Пёс гонится за ними.

5. «Хитрая лиса»

Цель: развивать у детей выдержку и наблюдательность. Упражнять в быстром беге, в построении в круг, в ловле. Описание игры: играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга очерчивается «дом лисы». Дети закрывают глаза, а воспитатель обходит круг и дотрагивается до одного из играющих, который становится «хитрой лисой». Дети открывают глаза. Играющие три раза спрашивают хором сначала тихо, а затем громче: «Хитрая лиса, где ты?» Хитрая лиса выходит на середины круга, поднимает руку и говорит: «Я здесь!» Дети разбегаются, а «лиса» ловит. Пойманного- в дом. Продолжительность 6-8 минут.

1. «Мышеловка»

Цель: Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в беге и приседание, построение в круг и ходьбе по кругу. Описание игры: играющие делятся на две неравные команды, большая образует круг – «мышеловку», остальные – мыши. Слова: Ах, как мыши надоели, Все погрызли, все поели. Берегитесь же плутовки, Доберемся мы до вас. Вот расставим мышеловки, Переловим всех сейчас! Затем дети опускают руки вниз, и «мыши» оставшиеся в кругу встают в круг и мышеловка увеличивается.

2. «Цыплята и наседка» - Приучать свободно бегать по комнате, быстро реагировать на сигнал, возвращаться на свое место. Развивать быстроту. Воспитывать у детей интерес к двигательной деятельности.

3. «Горелки»

Цель: Развивать у детей быстроту движений, ловкость, умение бегать в парах на скорость, начинать бег только после окончания слов. Ход игры: Дети становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. По считалке выбирается Ловишка. Он становится на линию спиной к остальным детям. Все стоящие парами говорят: «Гори, гори ясно, чтобы не погасло. Глянь на небо – птички летят, Колокольчики звенят. Раз, два, три – беги!» С окончанием слов дети стоящие в последней паре бегут вдоль колонны (один – справа, другой - слева), стремясь схватиться за руки. Ловишка старается поймать одного из пары и соединить с ним руки. Если ловящий успел это сделать, он образует с пойманным новую пару и становится впереди колонны, а оставшийся без пары становится ловишкой. Если Ловишка не поймал, он остаётся в той же роли. Во время произнесения слов Ловишка не оглядывается, ловить можно до того, как играющие возьмутся за руки. **4.«Ловишки»** (с ленточками)

Цель: Развивать ориентировку в пространстве, умение менять направление, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, действовать по сигналу быстро. Ход игры: Дети строятся в круг, у каждого имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга стоит Ловишка. По сигналу воспитателя: «Раз, два, три – лови!» дети разбегаются по площадке. Ловишка старается вытянуть ленточку. По сигналу: «Раз, два, три в круг скорей беги – все дети строятся в круг». После подсчета пойманных, игра повторяется **«Лисята и волк»** - Приучать ползать на четвереньках по дорожке, залезать на гимнастическую скамейку и слезать с нее.

5. «Пойдемте за грибами» - Приучать ходить по прямой и извилистой дорожке (ширина 20 см). Воспитывать внимание.

4 неделя

1. «Коршун и наседка»

Цель: Развивать умение двигаться в колонне, держась друг за друга крепко, не разрывая сцепления, действовать согласованно, ловкость. Ход игры: В игре участвуют 8-10 детей, одного из игроков выбирают коршуном, другого наседкой. Остальные дети – цыплята, они становятся за наседкой, образуя колонну. Все держаться друг за друга. В стороне гнездо коршуна. По сигналу он вылетает из гнезда и старается поймать цыплёнка, стоящего в колонне последним. Наседка, вытягивая руки в стороны, не даёт коршуну схватить цыплёнка. Все цыплята следят за движениями коршуна и быстро двигаются за наседкой. Пойманный цыплёнок идёт в гнездо коршуна. 2 вариант. Если детей много можно играть двумя группами.

2. «Краски»

Цель: Развивать умение бегать, стараясь, чтобы не догнали, прыгать на одной ноге, приземляясь на носок полусогнутую ногу, ловкость, быстроту движений, умение менять направление во время бега. **Ход игры:** Участники игры выбирают хозяина и двух покупателей. Остальные игроки – краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его хозяину. Когда все краски выбрали себе цвет и назвали хозяину, он приглашает одного из покупателей. Покупатель стучит: -Тук! Тук! -Кто там? - Покупатель. -Зачем пришёл? - За краской. -За какой? -За голубой. Если голубой краски нет, хозяин говорит: «Иди по голубой дорожке, найди голубые сапожки, поноси да назад принеси!» если покупатель угадал цвет краски, то краску забирает себе. Идёт второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. И так они подходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель который набрал больше краски. Хозяин может придумать задание сложнее задание, например: скачи на одной ножке по красной дорожке. 2 вариант. Разговор повторяется, если покупатель угадал краску продавец говорит сколько стоит и покупатель столько раз хлопает продавца по вытянутой ладони. С последним хлопком ребёнок изображавший краску убегает а покупатель догоняет его и, поймав, отводит в условленное место. «Мыльные пузыри» - Приучать, взявшись за руки, образовывать круг, постепенно сужать и расширять его.

3. «Как цапля» - Приучать ходить, высоко поднимая ноги и голову; стоять на одной ноге. Развивать равновесие; воспитывать у детей радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений.

4. «Самолёты» - Учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; продолжать развивать умение детей внимательно слушать сигнал и начинать движение по словесному сигналу.

4. Лохматый пес»

Цель: Приучать детей поочерёдно выполнять разные действия. Упражнять в беге.

Ход игры: Один из детей изображает пса; он ложится на коврик, голову кладёт на протянутые руки. Остальные дети тихонько подходят к нему со словами: Вот лежит лохматый пёс, В лапы свой уткнувши нос, Тихо, смирно он лежит, Не то дремлет, не то спит. Подойдём к нему, разбудим И посмотрим, что-то будет. Пёс вскакивает, начинает лаять. Дети разбегаются. Пёс гонится за ними.

АВГУСТ

1 неделя

1. «Воробьишки» - Учить подскакивать на месте на двух ногах. Развивать ловкость, быстроту. Воспитывать у детей интерес к двигательной деятельности.

2. «Ниточка, накручивайся!» - Приучать детей ходить приставным шагом по кругу, держась за руки. Воспитывать двигательную самостоятельность.

3. «Вот поезд наш едет» - Приучать ходить цепочкой, положив руки на плечи друг другу. Воспитывать у детей интерес к двигательной активности.

4. «Лохматый пес» - Учить детей двигаться соответствии с текстом, быстро менять направление движения, бегать, стараясь не попадаться ловящему и не толкаясь.

5. «Зайка серенький сидит» - Приучать детей слушать текст и выполнять движения в соответствии с текстом; учить их подпрыгивать, хлопать в ладоши, убегать, услышав последние слова текста. Доставить детям радость.

2 неделя

1. «Догоните меня» - Учить детей действовать по сигналу быстро, приучать их ориентироваться в пространстве, развивать ловкость.

2. «Паучки» - Приучать малышей лазать по гимнастической стенке, залезать на нее и спускаться любым удобным способом.

3. «Мой веселый звонкий мяч» - Учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убегать только тогда, когда будут, произнесены последние слова.

4. «Цыплята и наседка» - Приучать свободно бегать по комнате, быстро реагировать на сигнал, возвращаться на свое место. Развивать быстроту. Воспитывать у детей интерес к двигательной деятельности.

5. «Несем флажки» - Приучать ходить цепочкой с флажками. Развивать ловкость. Воспитывать интерес к подвижным играм.

3 неделя

1. «Достань колокольчик» - Приучать бегать цепочкой по дорожке с указателями (ширина 50 см); подпрыгнув на обеих ногах, дотянуться до подвешенного (на высоте 10-15 см над вытянутой рукой ребенка) предмета.

2. «Гоп, гоп, мой конь!» - Приучать к подскокам на месте, а также бегать, прыгать. Развивать равновесие, быстроту, ловкость. Воспитывать у детей интерес к двигательной деятельности.

3. «Белкин дом» - Приучать заползать в домик и выползать из него, ползать по дорожке вперед и обратно. Развивать координацию движений, ловкость. Воспитывать самостоятельность.

4. «Как цапля» - Приучать ходить, высоко поднимая ноги и голову; стоять на одной ноге. Развивать равновесие; воспитывать у детей радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений.

5. «Солнышко и дождик» - Учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, приучать их действовать по сигналу воспитателя.

4 неделя

1. «Пойдемте за грибами» - Приучать ходить по прямой и извилистой дорожке (ширина 20 см). Воспитывать внимание.

2. «Катай мяч» - Приучать сидя, катать мяч двумя руками на расстоянии 1,5 м. Воспитывать двигательную самостоятельность.

3. «Пчелки» - Приучать детей свободно бегать по комнате, приседать на корточки и вставать, перешагивать обруч.

4. «Пузырь» - Научить детей становиться в круг, делать его то шире, то уже, приучать их согласовывать свои движения с произносимыми словами.

5. «Быстрее - медленнее» - Учить детей переходить от ходьбы к бегу; двигаться, меняя направление и не наталкиваясь друг на друга.

