

Сентябрь
Занятие № 1 с погремушками (1-2 неделя)
Тема: «Поиграем с Петрушкой»

Образовательные задачи: содействовать развитию основных движений: ползания, ходьбы. Воспитывать интерес к двигательным действиям с погремушкой. Развивать ловкость, быстроту.

Оздоровительные задачи: укреплять опорно-двигательный аппарат.

Оборудование: кукла би-бабо, погремушки на каждого ребёнка, зрительные ориентиры -погремушки для построения, аудиозапись народной музыки.

Ход занятия:

Вводная часть (2 мин)

Воспитатель и Петрушка (кукла би-ба-бо) встречают детей, гремя погремушками. Петрушка приветствует детей:

Я весёлая игрушка,

А зовут меня Петрушка. Воспитатель обращает внимание детей на красивую коробку. Педагог открывает коробку и раздаёт детям погремушки.

Рассматривая с детьми игрушки, Петрушка предлагает поиграть с ними, всем вместе погременуть погремушками.

Ходьба и бег за Петрушкой стайкой с погремушками в Руках.

Педагог: «Пойдём все вместе.

Идите за мной. Побежали-побежали. А теперь шагом пойдём, отдохнем. Снова побежали. и опять шагом. Ребята, посмотрите, у нас на полу тоже есть погремушки (наклеенные зрительные ориентиры-погремушки). Это домики для наших погремушек. Становитесь возле них и повернитесь ко мне».

Основная часть (6 мин).

ОРУ с одной погремушкой, стоя в рассыпную возле ориентиров-погремушек.
«Поиграй с погремушкой».

И.п.: стоя, ноги слегка расставить, погремушки за спину. Погремушки вперед, погременуть и опустить за спину. Повторить 5 раз.

«Покажи погремушку другу».

И.п.: сидя, ноги врозь, погремушки у плеч. Поворот вправо, показать, поиграть погремушкой, сказать «вот», вернуться в и.п. То же в другую сторону.

Повторить по 2 раза в каждую сторону.

«Ножки шагают».

И.п.: упор сидя сзади, ноги прямые вместе, погремушки на полу сбоку. Согнуть ноги, 4-6 шагов, вернуться в и.п.

Не опускать. Повторить 5 раз.

«Попрыгунчики»,

И.п.: стоя, ноги слегка расставить, погремушки опущены. 4-6 прыжков, 8-10 шагов со взмахом погремушек. Повторить 2-3 раза.

Педагог предлагает детям поиграть с Петрушкой: «Собери погремушки Петрушке».

Дети под музыку, врассыпную с погремушками в руках разбегаются по спортивному залу. Когда музыка останавливается, они прибегают к Петрушке, поднимают погремушки вверх, гремят ими.

Повторить 3 раза. «Приползи к Петрушке». Петрушка стоит в кругу, вокруг лежат погремушки. Дети стоят напротив погремушек, на расстоянии 3 м. По сигналу ползут на четвереньках к погремушке, встают, берут погремушку в руку, гремят ею, затем переключают в другую руку: Повторить 5 раз.

Подвижная игра «Догонялки».

Дети догоняют Петрушку и убегают от него. Повторить 5 раз.

Самостоятельная двигательная деятельность детей. Воспитатель предлагает детям потанцевать с погремушками под русскую народную музыку. Продолжительность 2 мин. Заключительная часть (2 мин).

Ходьба за Петрушкой, сбор погремушек, поощрение успехов детей.

Занятие № 2 с погремушками (3-4 неделя)

Тема: «В гости к Матрешке»

Образовательные задачи: обогащать и разнообразить двигательный опыт ребёнка (ходьба враспынную, по доске, прыжки на двух ногах с продвижением). Развивать ориентировку в пространстве. Формировать навыки безопасного поведения в подвижной игре, воспитывать интерес к двигательным действиям.

Оздоровительные задачи: укреплять опорно-двигательный аппарат.

Оборудование: по две погремушки на каждого ребёнка, игрушка Матрёшка, гимнастическая доска, зрительные ориентиры-матрёшки

Ход занятия:

Вводная часть (2 мин).

Педагог обращает внимание детей на избушку, рядом с которой стоит грустная Матрёшка. Дети подходят к Матрёшке, здороваются с ней. Педагог предлагает каждому ребёнку взять по две погремушки, разложенные враспынную, и погреметь ими, развеселить Матрёшку и взять её с собой поиграть.

Ходьба враспынную с погремушками в руках и бег за воспитателем стайкой.

Ходьба и бег враспынную. Педагог предлагает детям показать Матрёшке, как они умеют играть с погремушками.

Основная часть ОРУ с двумя погремушками: стоя враспынную возле ориентиров-матрёшек.

«Погремушки вверх». И.п.: стоя, ноги слегка расставить, погремушки опущены. Погремушки вперёд, погреметь и, опуская, сказать «ВНИЗ».

Повторить 5 раз.

«Положи погремушку?»

и.п.: стоя, погремушки у плеч. Присесть, положить погремушку на пол, выпрямиться, показать руки Матрёшке, присесть, ВЗЯТЬ погремушку, выпрямиться и показать её Матрёшке. Повторить по 4-6 раз.

«Покажи погремушку»

И.п.: лёжа на животе, руки с погремушками у подбородка. Вытянуть руки вперёд, показать погремушки, затем спрятать их обратно. Голову не

опускать. Повторить 5 раз.

«Попляши».

Свободно поплясать с погремушкой под музыку, затем походить. Повторить 2-3 раза.

«Пройди по мостику».

Ходьба по доске с двумя погремушками в руках. Повторить 3 раза.

«Прыгни к погремушке»

Педагог вместе с детьми раскладывает погремушки на линии. Затем дети становятся перед погремушками, на расстоянии 2 м.

По сигналу прыгают на двух ногах, продвигаясь к погремушке, берут погремушку в руку, гремят, затем перекладывают в другую руку.

Повторить 3 раза.

Подвижная игра «В гости к Матрёшке».

Дети сидят на скамейках. У противоположной стены находится Матрёшка (традиционная деревянная игрушка). По сигналу педагога дети бегут к Матрёшке, приветствуют её. По другому сигналу бегут на свои места.

Повторить игру 3-5 раз.

Самостоятельная двигательная деятельность детей.

Воспитатель предлагает детям поиграть с мячами, кубиками и погремушками (по выбору). Педагог стимулирует активность детей, демонстрируя разные двигательные действия. Продолжительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин).

Ходьба за Матрёшкой, которую педагог держит в руках. Матрёшка благодарит детей и прощается с ними.

ОКТАБРЬ

Занятие № 3 с шишками (1-2 неделя).

Тема: « В гостях у белочки и зайчика»

Образовательные задачи: осваивать технику метания, развивать умение прыгать на двух ногах. Содействовать развитию координации движений и физических качеств. Воспитывать устойчивый интерес к движениям, умение

действовать в коллективе сверстников.

Оздоровительные задачи: укреплять здоровье, формировать здоровое поведение.

Оборудование: игрушки белка и заяц, корзинки, шишки, верёвка, зрительные ориентиры-ёлочки.

Ход занятия:

Вводная часть (2-3 мин)

Педагог предлагает детям отправиться в гости к белочке и зайцу.

— До леса путь неблизкий. Идём по тропинке. (Ходьба за воспитателем).

Чтоб быстрее добраться, побежим. (Бег врассыпную). Вот мы и добрались.

Стали все возле ёлочек (ориентиров). А белка с зайчиком уже нас ждут! Они рады встрече с нами и приготовили для нас подарки. Что же гремит, стучит в коробке?

Педагог открывает коробку и достаёт из неё шишку. Затем каждому ребёнку раздаёт шишки.

Основная часть (6 мин).

Педагог предлагает детям показать белке и зайчику, какие упражнения можно выполнять с шишкой.

ОРУ с шишкой, стоя врассыпную возле ориентиров (ёлочек).

«Передай шишку».

И.п.: стоя, ноги на ширине ступни, шишка в правой руке. Поднять руки через стороны вверх. Переложить шишку в левую руку. Опустить. Вернуться в и.п. Повторить 3 раза.

«Повернись».

И.п.: сидя, ноги врозь, шишка в обеих руках перед собой. Повороты в правую и левую стороны. Повторить по 2 раза в каждую сторону.

«Приседай».

И.п.: стоя, ноги на ширине ступни, шишка в обеих руках у груди. Присесть, вынести шишку вперёд, встать, выпрямиться, вернуться в и.п. Повторить 5

раз.

«Попрыгунчики».

И.п.: ноги вместе, руки на поясе, шишка на полу перед собой. Прыжки на двух ногах вокруг шишки в чередовании с ходьбой на месте. Повторить 2 раза.

Белочка и заяц предлагают детям показать свою меткость и ловкость.

«Метатели». Дети стоят на линии. На расстоянии 3 м от детей ставятся стойки с верёвкой, веревка расположена на высоте глаз ребёнка. По сигналу бросают шишки на дальность, бегут за ними, берут и возвращаются на линеёчку. Повторить по 2 раза каждой рукой. Затем дети складывают шишки в корзину «Перепрыгнем через ручеёк». На площадке педагог выкладывает из голубой ткани ручеёк, с одного конца узкий, а дальше всё шире и шире (от 10 до 15 см.) Группе детей предлагается перепрыгнуть через ручеёк вначале там, где узкий, а затем там, где шире, и, наконец, где самый широкий. Продолжительность игры 2-5 минуты. «Догоните шишки». Дети стоят в одном конце спортивного зала. У педагога в руках корзина с шишками. По сигналу «раз, два, три» воспитатель выбрасывает шишки из корзины. Дети бегут, за ними, каждый берёт одну шишку, кладёт в КОРЗИНУ, которую, воспитатель держит на высоте поднятой руки ребёнка. Игра повторяется 5 раз.

Самостоятельная двигательная деятельность детей. Предложить детям поиграть с еловыми и сосновыми шишками. Педагог показывает детям игровые действия с шишками — бросить их в большую корзину, прокатить белочке и зайчику. Продолжительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин). Педагог просит детей помочь зайчику найти белочку, которая спряталась в дупле, затем педагог говорит, что белка с зайцем благодарят их за то, что они пришли в гости и поиграли с ними.

Продолжительность 1 мин.

Занятие № 4 с шишками (3-4 неделя)

Тема: «Подарки»

Образовательные задачи: развивать технику бега, изменяя способы его выполнения, лазание по гимнастической стенке приставным шагом. Развивать координационные способности, внимание, память. Поддерживать интерес к двигательной деятельности с природным материалом.

Оздоровительные задачи: создание психоэмоционального комфорта.

Оборудование: коробка с еловыми и сосновыми шишками, картинки с изображением еловых и сосновых шишек, зрительные ориентиры-блочки.

Ход занятия:

Вводная часть (2 мин).

Воспитатель показывает детям коробку, на которой нарисованы шишки, и говорит о том, что знакомая белка прислала посылку из леса, открывает её, достает сосновые и еловые шишки и предлагает детям поиграть с ними.

Игра «К шишке». У воспитателя в руке шишка, дети стоят к нему лицом. На слова: «Шишка опускается» — дети разбегаются. Воспитатель опускает шишку, дети ходят и бегают в разные стороны. Через 10-15 секунд на слова: «Шишка поднимается» — дети собираются. Взрослый поднимает шишку, дети бегут к нему.

Игра повторяется 2-3 раза.

Игровое задание на построение «Найди себе елочку». Дети ходят врассыпную, затем педагог говорит: «Ребята, посмотрите, у нас на полу есть ёлочки (наклеенные зрительные ориентиры-ёлочки). Становитесь возле них и повернитесь ко мне». Повторить 2 раза.

Основная часть (6 мин).

ОРУ с двумя шишками, стоя врассыпную возле ориентиров елочек.

«Шишки вверх»

И.п.: стоя, шишки в обеих руках внизу. Поднять шишки вперёд, стукнуть ими, опустить, вернуться в и.п. Повторить 5 раз.

«Спрячь шишки»

И.п.: сидя, шишки перед грудью, ноги вытянуты. Согнуть ноги, спрятать шишки в домик. Повторить 5-4 раза.

«Колобок».

И.п.: лёжа на спине, руки с шишками вдоль туловища. Поднять одновременно руки и ноги, коснуться шишками стоп, вернуться в и.п. Повторить 4 раза.

«Положи шишки».

И.п.: стоя, ноги врозь, руки с шишками у груди. Присесть, положить шишки на пол, выпрямиться, сказать: «Нет шишек». Затем присесть, взять шишки, вернуться в и.п., и сказать: «Вот они!» Повторить 5 раз.

«Вокруг шишек».

И.п.: стоя, ноги на ширине стоп, руки согнуты в локтях, шишки на полу.

Прыжки на двух ногах вокруг шишек. Повторить 8-10 раз в чередовании с ходьбой.

Игровое упражнение «Через ручеёк». На площадке педагог выкладывает из голубой ткани «ручеёк». Через «ручеек» кладётся доска. Играющие стоят перед доской — на берегу «ручейка», они должны перейти его по мостику.

Повторить 2-3 раза. «Достань шишку». Шишка привязана к верхней рейке гимнастической стенки. Лазание по гимнастической стенке приставным шагом.

Повторить 2-3 раза. «Беги к шишке». Предварительно педагог с детьми рассматривает, у кого в руках какая шишка — еловая или сосновая.

Воспитатель держит в одной руке еловую шишку, в другой — сосновую шишку, разводит руки в стороны; дети свободно группируются напротив своей шишки.

Затем воспитатель предлагает малышам погулять — побега, по площадке. Пока они гуляют, педагог переходит на другую сторону, говорит. «Раз, два, три — скорей к шишкам беги!» Дети бегут к нему и собираются возле своей шишки.

Игра повторяется 5-4 раза.

Самостоятельная двигательная деятельность детей. Предложить детям поиграть с еловыми и сосновыми шишками, поставить корзины, обручи для метания. Педагог стимулирует активность детей, демонстрируя разные

двигательные действия: метание в корзину, обручи. Продолжительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин).

«Будь внимательным». Для этой игры понадобятся картинки с изображением сосновой и еловой шишек, также в руках у детей находятся еловая и сосновая шишки. Если педагог показывает картинку с еловой шишкой, дети поднимают еловые шишки. Если дети видят на картинке сосновую шишку, поднимают сосновые шишки. Игра продолжается 2 мин.

НОЯБРЬ

Занятие №5.

Игры-имитации со сказочными персонажами (1-2 неделя).

Тема: «На прогулку в лес пойдем»

Образовательные задачи:

Создать условия для освоения техники ходьбы, бега, прыжков на двух ногах, ползания на четвереньках. Развивать воображение, память. Поддерживать проявление образной выразительности движений, воспитывать интерес к двигательным действиям

Оздоровительные задачи:

Обращать внимание на положение головы, осанку.

Оборудование:

Шапочки персонажей, шишки, веревка, зрительные ориентиры-елочки.

Ход занятия:

Вводная часть (2 мин).

Педагог рассказывает детям о лесных жителях - зайце, медведе, волке, лисице и предлагает пойти к ним в гости.

Ходьба и бег за педагогом: «Пойдем все вместе. Идите за мной. Звери живут далеко. Дорога неблизкая и трудная. Нужно торопиться. Побежали-побежали. А теперь шагом пойдем, отдохнем. Снова побежали. И опять шагом. А теперь по узкой дорожке? Правильно, это зайчик». Рассматривая с детьми игрушку, педагог предлагает поиграть с зайчиком.

Основная часть (6 мин).

Общеразвивающие упражнения.

«Зайка». Дети вместе с воспитателем становятся в круг. Воспитатель поет песенку и показывает детям движения.

Зайка, бей в ладоши,

Серенький, бей в ладоши,

Вот так, так бей в ладоши!

(2 раза)

(Дети хлопают в ладоши.)

Зайки, повернись,

Серенький, повернись,

Вот так, этак повернись!

(2 раза)

(Дети поворачиваются 2 раза в каждую сторону. Руки на поясе.)

Зайка, поклонись,

Серенький, поклонись,

Вот так, этак поклонись!

(2 раза)

(Дети наклоняются по 2 раза в каждую сторону. Руки на поясе.)

Зайка, топни ножкой,

Серенький, топни ножкой,

Вот так, этак топни ножкой!

Вот так, этак топни ножкой!

(Дети топают ножкой, руки на поясе. 4 раза).

Зайка, попляши,

Серенький, попляши,

Вот так, этак попляши! (2 раза)

(Дети подпрыгивают на двух ногах кто как может.)

«Пройдите по узенькой дорожке».

Дети идут по дорожке, между двумя параллельно лежащими веревками (шириной 30-35 см) к лисичке. Повторить 2-3 раза.

«Приползем к Мишке, возьмем шишки».

Шишки лежат на скамейке, рядом сидит медведь. Ползание на четвереньках. Когда дети окажутся у шишки, они берут 2 шишки, стучат ими и кладут на место. Обрато нужно возвращаться бегом. Повторить 2-3 раза.

«Рыжая лисица».

Воспитатель в маске лисы произносит:

Я рыжая лисица,

Я бегать мастерица.

Я по лесу бежала,

Я зайца догоняла.

И в ямку - бух!

Дети бегают врассыпную, подражая лисичке. На последней строчке подпрыгивают на двух ногах и приседают на корточки. Повторить 2 раза.

Самостоятельная двигательная деятельность детей.

Телесно-ориентированная практика. Поддерживать проявления образной выразительности движений. Педагог говорит: « Влево, вправо повернись и в зверюшек превратись!» Дети подражают персонажам: зайчику, медведю, лисичке. Воспитатель угадывает, кто это. Повторить 3 раза.

Заключительная часть (2 мин).

Инструктор закрывает глаза и предлагает детям спрятаться. Через некоторое время спрашивает: «Спрятались?». Дети отвечают: «Да!». Инструктор идет искать их. Он заглядывает в разные места, делая вид, что никак не найдет детей. При этом может произносить такие слова: «Куда же спрятались дети? Где же наши детки?». Иногда малыши не выдерживают и, довольные тем, что инструктор их не может найти, выбегают из укрытия и подбегают к

нему. В этом случае инструктор с радостью привлекает их к себе и говорит: «Вот они наши детки!». Повторить 2 раза.

Конспект №6.

Занятие – имитация с игровыми персонажами (3-4 недели).

Тема: «В гости в деревню».

Образовательные задачи:

Учить броскам мяча двумя руками из-за головы, упражнять в подлезании.
Развивать внимание, воображение, координационные способности.
Воспитывать доброжелательное отношение к участникам игры, устойчивый интерес к движениям.

Оздоровительные задачи:

Создавать условия для гармоничного физического развития.

Оборудование:

Гимнастические палки, длина 40 см, на каждого ребенка, веревочка, ширма, зрительные ориентиры-домики.

Ход занятия

Педагог:

Коровки и лошадки,

Свинки и козлятки

Живут в деревне нашей

У бабушки Даши.

Ржут лошадки – «И-го-го!»,

Лошадок слышно далеко!

Свинки – «Хрю!»

Коровки – «Му!»

Что им надо – не пойму!

Просто буду их любить-

Травой кормить,

Водой поить.

Затем педагог предлагает детям отправиться в гости в деревню и встретиться там с домашними животными.

Вводная часть (2 мин).

«Поездка в деревню».

Вы хотите поехать в деревню на поезде? Тогда всем надо встать друг за другом – вы будете вагончиками. А я буду стоять впереди, я паровоз. Поезд медленно едет сначала:

Чух-чух-чух! Чух-чух- чух!

Мчится поезд во весь дух.

(Дети движутся за взрослым, произносят: чух-чух-чух.)

Я пыхчу, пыхчу, пыхчу,

Сто вагонов я тащу: «У-у-у!»

(Взрослый поворачивает то в одну сторону, то в другую).

«Остановка!».

(Дети разбегаются в разные стороны).

-У –у –у!- паровоз всех зовет.

(Дети становятся как вагончики).

Чух-чух-чух! Поехали!

Загудел паровоз

И вагончики повез.

Чух-чух-чух!

(Повторить 2 раза.)

Воспитатель: « Приехали в деревню».

Основная часть (6 мин).

ОРУ « У кого какая песня», стоя в рассыпную возле ориентиров домиков.

Воспитатель:

- У цыпленка песня такая

Дети:

-Пи-пи, пи-пи!- поднимают руки вверх и опускают вниз, как крылышки цыплят. Повторить 3- 4 раза.

Воспитатель:

- У теленочка песня такая....

Дети:

- Му-му, му-му! – показывают рога, движение « забодаю».

Повторить 3-4 раза.

Воспитатель:

-А у поросенка песенка такая....

Дети:

-Хрю-хрю, хрю-хрю! - приседают. Повторить 5 раз.

Воспитатель:

-А у собачки песня такая....

Дети:

- Ав-ав-ав!- Прыжки на двух ногах. Повторить 8-10 раз

«В гости к собачке».

Воспитатель в шапочке пса. Он садится, положив голову на вытянутые вперед руки. Малыши идут к нему, подлезая под препятствие. Воспитатель подбадривает детей, помогает выполнить упражнение. Игра повторяется 2-3 раза.

«Клубочки от кошки».

Педагог в шапочке кошки, раздает детям клубочки-мячи (сшитые из ткани).

Дети метают мячи вдаль двумя руками из-за головы.

«Лошадки».

Игра выполняется с гимнастическими палками.

Цок, цок, цок-

Цокают копытца.

Бегают лошадки,

Им воды б напиться.

Топ, топ, топ-

Перешли они в галоп.

К речке быстро прибежали,

Весело заржали!

Дети садятся на своих «лошадок» и бегают по площадке выполняя движения по тексту. Выполнить 2 раза.

Самостоятельная двигательная деятельность детей.

Свободные игры детей по интересам с обручами, гимнастическими палками (прыжки, катание, броски мяча). Педагог показывает детям игровые действия с предметами. Выполнять 2 мин.

Заключительная часть (2 мин).

Игра малой подвижности «Угадай, кто кричит». Дети стоят в шеренге, перед ними ширма. Воспитатель называет кого-нибудь из детей, и тот ребенок идет за ширму. Педагог договаривается с ним, какое животное или птицу он будет изображать. За ширмой раздаются мычание коровы, лай собаки, крик петуха и другие звуки. Воспитатель предлагает одному из детей отгадать, кто кричит. Если ребенок не знает, какому животному или птице подражать, воспитатель ему помогает.

Повторить игру желательно 2-3 раза. После игры дети возвращаются «На поезде» в группу.

ДЕКАБРЬ

Занятие № 7 с платочками (1-2 неделя).

Тема: Подарки от Маши

(По мотивам мультфильма «Маша и медведь»).

Образовательные задачи:

Обеспечить условия для развития ходьбы, пролезания, прыжков; инициировать преодоление препятствий разными способами. Развивать ориентировку в пространстве. Формировать навыки безопасного поведения в подвижной игре; двигаться, не наталкиваясь друг на друга; воспитывать интерес к двигательным действиям.

Оздоровительные задачи:

Укреплять опорно-двигательный аппарат.

Оборудование:

Кукла Маша(кукла би-ба-бо), платочки на каждого ребенка, наклонная доска, игрушки, зрительные ориентиры- платочки.

Ход занятия

Вводная часть (2 мин).

Педагог показывает на видеопроекторе фрагмент из мультфильма «Маша и медведь». Затем появляется Маша (кукла би-ба-бо). Кукла здоровается с детьми и обращает их внимание на платочки, которые до начала занятия педагог разложил в спортивном зале в рассыпную. Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Ходьба между платочками за Машей. По сигналу взять любой понравившийся платочек.

Основная часть(6 мин).

Общеразвивающие упражнения с платочками.

«Дует сильный ветер».

И.п.: стоя, ноги врозь, платочек держать двумя руками за уголки. Взмахнуть руками вверх-вниз – « дует сильный ветер». Повторить 5-7 раз.

«Поиграем в прятки с Машей».

И.п.: стоя, ноги врозь, платочек держать двумя руками за уголки, руки внизу. Наклон вперед, платок перед лицом, спрятались от Маши, опустить платок. Повторить по 4-6 раз.

«Зонтик».

И.п.: стоя, ноги слегка расставить, платок вверх. Присесть, платок опустить на голову – спрятались от дождя, выпрямиться, платок опустить, сказать: «Нет дождя». Повторить 5 раз.

«Не урони».

И.п.: сидя, платок на коленях, руки – упор с боков. Согнуть и выпрямить ноги. Голову не опускать. Повторить 2-3 раза.

«Прыг-скок».

Платок лежит на полу. 6-8 подпрыгиваний на месте и ходьба вокруг платка.

«Попрыгунчики».

Прыжки в длину с места через платочек. По сигналу дети одновременно прыгают на двух ногах через платочек. Повторить 4-5 раз.

«Пройди по мостику и пролезь в обруч».

Ходьба по наклонным доскам вверх и вниз с платочками в руках, затем пролезть в обруч. Дети выполняют упражнения друг за другом 3-4 раза.

Подвижная игра «Солнышко и дождик».

Дети с платочком в одной руке ходят и бегают врассыпную. Маша читает потешку:

Дождик, дождик, веселей

Капай, капай, не жалей!

Ты по зонтику стучи,

Только нас не намочи!

Дети останавливаются, кладут платочек на голову.

Затем воспитатель говорит:

«Дождик прошел, выглянуло солнышко, детки пошли гулять». Игра повторяется 3-4 раза.

Самостоятельная двигательная деятельность.

Воспитатель предлагает детям поиграть с мячами, обручами и платочками. Повторить 3-4 раза.

Заключительная часть (2 мин).

Игра «Где спряталась Маша?».

Педагог предлагает детям отвернуться и закрыть глаза. В это время прячет куклу так, чтобы она была видна, и предлагает ее найти. Потом Маша и Миша благодарят детей за интересные игры.

Занятие № 8 с платочками (3-4 неделя).

Тема: «Мишенька – медведь».

(По мотивам мультфильма « Маша и медведь»).

Образовательные задачи:

Обогащать и разнообразить двигательный опыт детей; создавать ситуации, побуждающие детей к изменению способов выполнения движений. Развивать ориентировку в пространстве. Формировать навыки безопасного поведения в подвижной игре, воспитывать интерес к двигательным действиям.

Оздоровительные задачи:

Создавать условия для полноценного физического развития.

Оборудование:

Медведь (кукла би-ба-бо), платочки на каждого ребенка, шишки, флажок, зрительные ориентиры - домики.

Ход занятия

Вводная часть (2 мин).

Воспитатель и медведь (кукла би-ба-бо), встречают детей. Медведь здоровается с детьми и обращает их внимание на цветные платочки, которые до начала занятия педагог повесил на веревочку. Каждый ребенок берет понравившийся платочек. Педагог обращает внимание детей на цвет платочков.

Ходьба парами, бег друг за другом с платочком в руках.

Игровое упражнение «Платочек вверх поднимается».

Педагог с медведем и платочком в руках стоит в центре зала, а дети ходят врассыпную. Педагог приговаривает: «Платочек вверх поднимается, все к

Мишеньке собираются». После слов дети подходят к медведю и становятся в круг.

Основная часть (6 мин).

Общеразвивающие упражнения с платочками, стоя в рассыпную возле ориентиров - домиков.

«Покажи платочек Мише».

И.п.: стоя, ноги слегка расставить, платочек опущен, держаться за верхнюю часть с боков. Платочек вперед, сказать «вот», опуская, сказать «вниз».

Повторить 5 раз.

«Наклонись».

И.п.: сидя, ноги врозь, платок вверх. Наклониться вперед, платок к коленям.

Повторить по 4-6 раз.

«Спрячемся от Мишки».

И.п.: стоя, ноги врозь, платок на полу. Присесть перед платком, взять его в руки, поднять перед лицом – спрятались от Мишки, положить платочек, выпрямиться - показались. Повторить 5 раз.

«Попрыгай».

И.п.: ноги слегка расставить, платочек в одной руке опущен, 6-8 подпрыгиваний на месте, затем ходьба на месте.

«Вокруг платочка».

Ползание на четвереньках вокруг платочка.

Дети выполняют задание одновременно, каждый ползает вокруг своего платочка. Повторить 3 раза.

«Брось шишку на платочек».

Медведь приносит детям шишки. Дети одновременно, всей группой, бросают шишки правой и левой рукой снизу на своей платочек. Следить за тем, чтобы дети бросали шишки по сигналу педагога. Повторить 2-3 раза каждой рукой.

Подвижная игра «Дети и медведь».

Дети идут к медведю в гости, а он сидит в домике и спит.

Педагог:

Дети шли, шли, шли

В гости к Мишеньке пришли,

- Мишка, Мишка,

Хватит спать,

Мы пришли к тебе играть!

Ты быстрее,

Быстрее вставай,

Наших деток догоняй!

Медведь просыпается, рычит и догоняет детей, дети убегают в свой домик.

Самостоятельная двигательная деятельность детей.

Воспитатель предлагает детям потанцевать с платочками.

Продолжительность 1 мин.

Заключительная часть (2 мин).

Ходьба с остановкой по сигналу. Сигнал - Мишка показывает красный флажок.

ЯНВАРЬ

Занятие № 9 со скамейками (1-2 неделя)

Тема: «Мчится поезд во весь дух»

Образовательные задачи: формировать умение управлять движениями в разных условиях (ходьба, ползание по скамейке). Содействовать развитию физических качеств: координации, силы, ловкости. Формировать личностные качества: инициативу, активность.

Оздоровительные задачи: укреплять опорно-двигательный аппарат.

Оборудование: скамейки.

Ход занятия:

Вводная часть (2 мин).

Воспитатель предлагает отправиться в путешествие на поезде и занять места в

вагонах. Педагог читает стихотворение.

Чух-чух, чух, чух,

Мчится поезд во весь дух.

Паровоз пыхтит,

— Тороплюсь, — гудит, —

Тороплюсь,

Тороплюсь,

Тороплю-у-у-сь!

(2. Мошковская)

Дети садятся на скамейки, держатся руками за сиденья, топают ногами, высоко поднимая колени. Затем воспитатель объявляет остановку, дети встают, ходят и бегают врассыпную, на следующий сигнал занимают меСта в поезде.

Основная часть (6 мин)

Общеразвивающие упражнения на гимнастических скамейках.

«Прятки»

И.п.: сидя на скамейке, руки спрятать за спину. Показать руки воспитателю, протянуть их вперёд и снова спрятать. Повторить 5-7 раз.

«Подними и опусти».

И. п.: сидя на скамейке, держаться за сиденье скамейки с боков. Выпрямить ноги, слегка приподняв, вернуться в и.п. Повторить по 4-6 раз.

«Неваляшки».

И.п.: сидя на скамейке, руки на поясе. Слегка наклоняться вправо-влево.

Повторить 6 раз.

«Ку-ку»

И.п.: сидя поперёк скамейки, держаться за сиденье скамейки с боков. Наклон вперёд, посмотреть под скамейку, выпрямиться. Повторить 3-4 раза.

«Прыг-скок».

Стоя перед скамейкой, ноги слегка врозь, руки на поясе. 68 подпрыгиваний на месте, затем ходьба на месте, высоко поднимая колени.

Упражнения «Топ-топ», «Проползи по скамейке» выполняются потоком,

страховку оказывает воспитатель.

«Топ-топ». Скатывать мячи с горки, затем пройти по ней, руки в стороны.

Дети выполняют упражнение по одному друг за другом 3-4 раза.

«Проползи по доске». Ползание по гимнастической доске на четвереньках.

Дети ВЫПОЛНЯЮТ упражнение потоком друг за другом 3-4 раза.

Подвижная игра «Поезд».

Вот поезд наш мчится,

Колёса стучат,

А в поезде нашем

Ребята сидят.

Чу-чу-чу,

далеко укачу. Игра повторяется несколько раз.

Самостоятельная двигательная деятельность.

Воспитатель, предлагает детям поиграть скамейками, мячами. Воспитатель, предлагает детям возможны варианты двигательных действий: катание мяча по скамейке, прокатывание под скамейку, бросание мяча в скамейку.

Продолжительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин)

Игра «Кто тише». На противоположной стороне, на скамейке сидит кот, игрушка. Воспитатель предлагает подойти к коту тихо-тихо, чтобы кот не проснулся, дети идут стайкой вместе воспитателем.

Занятие №10 с ленточками (3-4 неделя).

Тема: «Весёлое путешествие».

Образовательные задачи: закрепить построение в круг, в два круга, перешагивание через предметы, закреплять умение выполнять О.Д. в измененных условиях. Развивать координацию движения, внимание, ориентировку в пространстве, мелкую моторику рук, развивать творческие способности. Формировать потребность в двигательной активности, вызвать у детей интерес к игровой деятельности.

Оздоровительные задачи: способствовать укреплению опорно-

двигательного аппарата.

Оборудование: зонтик с ленточками, длина 1,5-2 м, ленточки короткие с колечком на одном конце 4-х цветов (красный, синий, жёлтый, зелёный) по количеству детей, 2 стойки с длинной верёвкой, обручи 4-х цветов (красный, синий, жёлтый, зелёный), зрительные ориентиры-зонтики.

Ход занятия:

Вводная часть (2 мин).

Педагог предлагает детям отправиться в весёлое путешествие на волшебной карусели в гости к ленточкам.

Игра «Карусель» — дети образуют круг, держась за ленточки, концы которых пришиты к зонтику. Они берутся за ленточку правой рукой и идут по кругу сначала медленно, потом все быстрее, а под конец бегут. Движения выполняются детьми в соответствии с произносимым вслух текстом:

Еле, еле, еле, еле

Закружились карусели,

А потом кругом, кругом,

Всё бегом, бегом, бегом.

Во время бега воспитатель приговаривает: «По-бе-жа-ли, по-бе-жа-ли».

Затем воспитатель вместе с детьми произносит:

Тише, тише, не спешите!

Карусель остановите!

Раз, два, раз, два,

Вот и кончилась игра!

На слова «Вот и кончилась игра» дети отпускают ленты. Игра проводится 1-2 раза.

Основная часть (6 мин).

Дети берут по две ленточки, которые висят на стойке с длинной верёвкой, затем строятся в круг рядом с ориентирами.

ОРУ с двумя разноцветными ленточками, стоя в кругу возле зрительных ориентиров-зонтиков.

«Растём».

И.п.: стоя, ленточки внизу, ленточки вперёд, ленточки вниз. Повторить 4-5 раз.

«Поиграем с ленточкой».

И. п.: стоя, ноги узкой дорожкой, ленточки внизу, пружинка, взмах одной рукой вверх, другой назад, то же со сменой рук. повторить 4-5 раз.

«Наклонись».

И.п.: сидя, ноги врозь, руки перед собой, наклон вперёд, ленточками коснуться носков ног, вернуться в исходное положение. Повторить 5-6 раз.

«Спрятали ленточки».

И.п.: стоя, узкая стойка, ноги врозь, ленточки внизу, присесть, ленточки спрятать назад, и.п. Повторить 5-6 раз.

«Прыг-скок».

И.п. о.с., ленточки внизу. Прыжки на двух ногах на месте со взмахом ленточек. Выполнить 2 подхода по 5-6 раз. Прыжки чередовать с ходьбой.

«Не наступи» — стоя по кругу, ленточки положить на пол параллельно друг другу на расстоянии 20-350 см, по команде выполнить перешагивание через ленточки вперёд-назад, не наступив на них. Повторить 5-6 раз.

Детям предлагают взять свои ленточки и занять места в обручах, соответственно цвету ленточки.

«Бабочки» — обручи лежат на боковой стороне площадки, на противоположной стороне на полу лежат 2-3 доски. У детей в руках по две ленточки, они размещаются в обручах по 4 человека. По сигналу «бабочки полетели» — выпрыгивают из обруча, выполняют бег врассыпную, имитируя полёт бабочки, ходят по доскам друг за другом. По сигналу «бабочки домой» занимают свои домики. Упражнение выполняется 2-5 раза.

«Допрыгни до ленточки» дети стоят по кругу, на расстоянии, вытянутых рук. Педагог находится, в середине круга. В руках у него лента, привязанная к палочке. Педагог кружит ленту немного, выше голов играющих. Когда лента

пролетает над головой дети подпрыгивают, стараясь, поймать её обеими руками. Те, кто поймает ленточку, говорит. «Я поймал!». Вращая ленту, педагог то опускает, то приподнимает её. Игровое упражнение повторяется 2-3 раза.

Игра «Солнышко и дождик» - дети делятся на 2 подгруппы и становятся в 2 круга, вокруг педагога и воспитателя, которые держат над собой обруч с ленточками — это «домик». По сигналу «солнышко» — дети бегают в рассыпную по площадке, по сигналу «дождик» — бегут и прячутся в свой «домик». В то время, когда дети бегают, педагог и воспитатель меняются местами. Игра проводится 2-5 раз.

Заключительная часть (2 мин)

Игра «Найди ленточку» - педагог показывает детям ленточку красного цвета, предлагает закрыть глаза и проговорить слова: «Раз, два, три, четыре, пять, будем ленточку искать». После этого дети открывают глаза и идут её искать.

ФЕВРАЛЬ

Занятие №11 с палками (1-2 неделя).

Тема: «Так — палка, а так — лошадка».

Образовательные задачи: создавать условия для развития ходьбы, ползания, прыжков в изменённых условиях, развивать ориентировку в пространстве, воображение, двигательное творчество. Формировать навыки безопасного поведения в подвижной игре «Лошадки», воспитывать интерес к двигательным действиям с палками.

Оздоровительные задачи: укреплять опорно-двигательный аппарат.

Оборудование: гимнастические палки, длина 45 см, диаметр 2 см, зрительные ориентиры-палочки.

Ход занятия

Вводная часть (2 мин).

Воспитатель обращает внимание детей на корзину, в которой стоят гимнастические палки. «Палкам очень скучно так стоять, им хочется

поиграть с вами. Давайте поиграем, только очень осторожно, чтобы не задеть друг друга. А теперь каждой палке найдём свой домик». Дети раскладывают гимнастические палки на зрительные ориентиры-палки. Ходьба «змейкой» вокруг палок, взявшись за руки; бег по кругу вокруг палок.

Ходьба врассыпную, не задевая гимнастические палки.

Основная часть (6 мин).

ОРУ с гимнастическими палками, стоя возле зрительных ориентиров-палок.
«Штанга».

И.п.: стоя, ноги врозь, палка в опущенных руках. Палку поднять вперёд, затем опустить вниз. Повторить 4-6 раз.

«Прокати».

И.п.: сидя, ноги врозь, палка на бёдрах, хват руками сверху. Наклониться вперёд, катить палку дальше вперёд, затем обратно вернуться в и.п.

Повторить 5-7 раз.

«Палку хватай, падать не давай».

И, п.: стоя, палка вертикально в полусогнутых руках перед грудью.

Переставляя руки вверх-вниз, перехватывать палку. Повторить 4 раза.

«Походим».

И.п.: палка вертикально на полу, одна рука держит её. Ходьба вокруг палки.

Повторить 3 раза.

«Попрыгунчики».

Прыжки на двух ногах вокруг палки, которая лежит на полу.

«Перешагни». Перешагивание через палки, положенные на пол. Дети выполняют упражнение фронтально 3-4 раза.

«Проползи по дорожке».

Ползание на четвереньках по дорожке, выложенной из гимнастических палок, затем подлезть под палку, положенную на стул. Дети выполняют упражнение по одному друг за другом 3-4 раза.

«Прыгни через палочку-ручеек». Прыжки на двух ногах через палку. Дети

выполняют упражнение фронтально 3-4 раза.

Подвижная игра «Лошадки».

Педагог читает стихотворение:

На лошадке, на лошадке

Покататься я хочу.

Сяду, сяду на лошадку,

На лошадке поскачу!

Цок, цок, цок, цок...

(А. Барто)

Воспитатель предлагает детям стать наездниками. Дети садятся на палки.

Педагог:

Ты беги, беги лошадка,

Гоп-гоп-гоп

Гоп-гоп-ГоП-гоп,

По дорожке ровной, Гладкой,

Топ-топ-топ Топ-топ-топ-топ,

Ты скачи всё прямо,

Прямо,

Цок-цок-цок

Цок-цок-цок-цок,

Мимо папы.

Мимо мамы —

Скок-скок-скок

Скок-скок-скок-скок.

(А. Введенский). —

Ходьба и бег стайкой, Сидя на палках, преодолевая препятствия

(перешагивая через палочки, проезжая по мостику доске). Игра повторяется несколько раз.

Самостоятельная двигательная деятельность детей. Воспитатель предлагает

детям поиграть с гимнастическими палками по желанию детей.

Продолжительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин)

Игра на внимание «Где звенит колокольчик?».

Воспитатель:

— Дети, сейчас мы с вами опять будем играть. Я буду звенеть колокольчиком, а вы будете мне говорить, где звенел колокольчик: вверху, внизу, сзади или впереди.

Воспитатель звенит колокольчиком вверху над головой у ребёнка, ребёнок говорит: «Колокольчик звенит у меня над головой»

Затем педагог звенит колокольчиком за спиной у другого ребёнка, и он говорит: «У меня за спиной звенит КОЛОКОЛЬЧИК» и тд. (Можно взять погремушки).

Занятие №12 с кубиками (3-4 неделя)

Тема: «Строители».

Образовательные задачи: закрепить умение выполнять построение в круг по зрительному ориентиру и взявшись за руки, перешагивание через предметы, совершенствовать двигательные навыки (ходьба, бег, прыжки через предметы). Развивать координацию движений, точность, глазомер, внимание, ориентировку в пространстве, мелкую моторику рук, творческие способности. Формировать потребность в двигательной активности, вызвать у детей интерес к игровой деятельности.

Оздоровительные задачи: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата.

Оборудование: по 2 кубика на каждого ребёнка, корзина, флажок, мячи, игрушки.

Ход занятия:

Вводная часть (2 мин).

Педагог приносит в спортивный зал корзину с кубиками и предлагает детям поиграть с ними.

Дети берут в каждую руку кубик и выполняют ходьбу и бег за воспитателем.
Во время ходьбы дети ритмично ударяют кубик о кубик.

Основная часть (6 мин).

Общеразвивающие упражнения с кубиками, стоя в кругу.

«Строим дом».

И.п.: ноги слегка расставить, кубики у пояса, кубики вперёд, вверх, кубики вперёд, и.п. Повторить 5 раз.

«Молоток и гвоздь».

И.п.: сидя, ноги врозь, кубики у плеч. Поворот вправо, кубики вперёд, постучать молотком по гвоздю, вернуться в и.п. То же в другую сторону.
Повторить по 3 раза.

«Отдыхаем».

И.п.: лёжа на животе, прямые руки вытянуть. Развести руки в стороны, посмотреть вперёд, вернуться в и.п.

«Подъёмный кран».

И.п.: сидя, упор руками сзади, ноги прямые вместе, кубики на полу сбоку возле стоп. Поднять, перенести ногу через кубик, вернуться в и.п. Голову не опускать. То же другой ногой. Повторить 5 раз.

«Дом готов».

Кубики на полу, один стоит на другом. 4-6 прыжков вокруг кубиков, 8-10 шагов. Повторить 2-3 раза.

«Перепрыгни» — прыжки на двух ногах через кубики. Упражнение выполняется одновременно всей группой 5-4 раза.

«Прокати мяч через воротики». Катание мяча друг другу. Дети сидят напротив друг друга на расстоянии 2 м, между ними воротики, построенные из двух кубиков. Упражнение выполняется одновременно всей группой 2-3 раза.

Игра «Идем на парад!»

Дети перешагивают через кубики, подходят к флажку, берут его в руки, машут им. Упражнение выполняется друг за другом 2-3 раза.

Самостоятельная двигательная деятельность детей. Педагог предлагает детям самостоятельно поиграть с кубиками под музыку.

Заключительная часть (2 м)

Игра «Найди кубик». Дети стоят в рассыпную на игровой площадке рядом с педагогом, Педагог показывает кубик детям, затем предлагает им отвернуться, сам в это время прячет игрушку, Педагог: Ну-ка, дети, поспешите, Кубик вы скорей найдите! Дети ищут кубик. Нашедший игрушку ребёнок приносит ее педагогу. Повторить игру 5 раз.

МАРТ

Занятие №13 с разноцветными колечками (1-2 неделя).

Тема: «Весна пришла».

Образовательные задачи: учить детей изменять технику выполнения ходьбы, бега, прыжков на двух ногах. Обогащать и разнообразить двигательный опыт детей. Воспитывать активность, желание взаимодействовать в коллективе.

Оздоровительные задачи: создавать психолого-эмоциональный комфорт.

Оборудование: разноцветные колечки, диаметром 10-12 см, по одному на ребёнка, платок, цветные шнуры, скат.

Ход занятия:

Вводная часть (2 мин).

Педагог рассказывает детям о том, что пришла весна, на улице стало тепло, тает снег.

Ой, весна моя,

Ты весняночка!

Из-за тёмных лесов,
Из-за синих морей
Приходи!

Солнцем, светом озари!

«Вслед за весной». Дети стоят

парами. Ходьба и бег парами. Основная часть (6 мин). Педагог: Солнышко, солнышко! Мы тебя встречаем! Солнышко, солнышко! Песней величаем!

Дети с педагогом встречаются Солнышко (ребёнок старшей группы). Педагог с Солнышком раздаёт детям разноцветные колечки, с которыми дети выполняют упражнения под музыку.

ОРУ «Солнышко, солнышко! Мы тебя встречаем!» стоя врассыпную.

«Мы колечки все возьмём,

С ними спляшем и споём».

Дети, с колечками на голове, ходят врассыпную. Выполнить 2 раза.

Мы притопнем каблучком,

Пляс весёлый заведём.

И.п.: стоя, ноги врозь, колечко перед грудью. Топают то одной ногой, то другой ногой. Выполнить 5 раз каждой ногой.

Мы в окошко поглядим, всех вокруг повеселим.

И.п.: стоя, ноги врозь, колечко перед грудью. Наклониться вперёд, посмотреть в колечко, выпрямиться. Выполнить 4 раза.

«Посмотрите все на нас,

В шляпах пляшем мы для вас».

И.п.: стоя, ноги врозь, колечко на голове, руки в стороны, делать полуприседания. Выполнить 4 раза.

«Нет колечек у ребят,

За спиною они спят!»

И.п.: стоя, ноги врозь, колечко перед грудью. Спрятать колечки за спину. Выполнить 5 раз.

Солнышко: «А где же у ребят колечки?» Дети показывают: «Вот они!

Понравилось ли тебе, Солнышко, как ребятки танцевали?»

Солнышко, солнышко! Погуляй у речки!

Солнышко, солнышко! Раскидай колечки!

Мы колечки соберём, золочённые возьмём!

Покатаем, поиграем и тебе назад вернём!

«Прокати колечко с горки». Дети прокатывают колечко со ската, а затем пробегают по нему.

«Перепрыгни через колечко». Прыжки на двух ногах через колечки.

Упражнение дети выполняют одновременно 6-8 раз по сигналу педагога.

«Птички в гнёздышках». На игровой площадке обозначаются цветными шнурами 35-4 круга. Это гнёзда птиц. Дети-птички размещаются в гнёздах.

По сигналу педагога все птички вылетают (выпрыгивают на двух ногах) из гнёздышек 5-6 раз. Затем разлетаются в разные стороны, прыгают, приседают, клюют корм, снова летают, размахивая руками-крыльями.

Можно обозначить «границы» площадки для свободного и безопасного движения

Взрослый произносит слова: Вот летели птички,

Птички невелички.

Все летали, все летали — Крыльями махали.

На дорожку сели, Зёрнышек поели. Клю-клю-КЛю-КкЛюЮ,

Как я зёрнышки люблю. Пёрышки почистим, Чтобы были чище.

Вот так, вот так,

Чтобы были чище! .

По сигналу: «Летите домой в гнёздышки!»

дети возвращаются в «гнёздышки», пробегая по дорожке, выложенной из веревочек — сначала в любое, затем можно усложнить задание: вернуться именно в то гнездышко, из которого «вылетел». Повторить 3 раза.

Самостоятельная двигательная деятельность детей. Педагог предлагает детям поиграть с разноцветными колечками. Игры с колечками по желанию детей. Длительность 2 МИН.

Заключительная часть (2 мин).

Игра «Собери колечки». Дети нанизывают колечки на палку, (стерженек) затем выполняют ходьбу в колонне по одному обычным шагом.

Занятие №14 с игровыми персонажами (3-4 неделя).

Тема: «Кот и мыши».

Образовательные задачи: закреплять в игровой форме основные виды движений (ходьба, бег, упражнения в подлезании), обогащать и разнообразить двигательный опыт детей. Развивать внимание, познавательную активность, воспитывать дисциплинированность и умение играть в детском коллективе.

Оздоровительные задачи: укрепление опорно-двигательного аппарата.

Оборудование: платочки, фигурки мышей и котов на каждого ребёнка, игрушка кошка, игрушка мышка.

Ход занятия:

Вводная часть (2 мин).

Педагог обращает внимание малышей на кошку, заранее поставленную на окно. Посмотрите, на окошко Села серенькая кошка. Кошка в гости к нам пришла, Смотрит на ребят она. Ребята, давайте познакомимся с кошкой.

Позовем её к нам. Дети: — Кис-кис-кис! Педагог берёт кошку и обыгрывает стихотворение. — Кошка, как тебя зовут? — Мяу! — Стережешь ты мышку тут? — Мяу! — Кошка, хочешь молока?

— Мяу!

— А в товарищи щенка?

— Фррр...

Ребята, кошка не хочет дружить со щенком? Фыркает. А с ребятами хочет кошечка играть и дружить?

— Да!

Основная часть (6 мин).

Общеразвивающие упражнения «Поиграем с кошечкой».

«Кошечка». Дети стоят в кругу, в затылок друг за другом. Педагог читает стихотворение, а дети выполняют движения.

Вы со мной знакомы близко.

(Идут по кругу на носочках, крадучись, держа согнутые руки перед грудью).

Я приветливая киска.

(Останавливаются, встают лицом в круг).

Кверху — кисточки на ушках,

(Дети делают «ушки» из ладошек). Выполнить 4 раза.

Когти спрятаны в подушках.

(Делают «когти» из пальчиков). Выполнить 4 раза.

В темноте я зорко вижу,

(Смотрят из-под руки). Выполнить 4 раза.

Понапрасну не обижу.

(Грозят пальчиком одной и другой руки). Выполнить 4 раза.

Но дразнить меня опасно

(Грозят пальчиком, то одной руки, то другой). Выполнить по 3 раза каждой рукой.

Я царапаюсь ужасно.

(Показывают «когти»).

(В. Стоянов)

«Прокати клубок, кошечка». Катание мячей по залу. Дети выполняют задания все одновременно по 3-4 раза каждой рукой, затем убирают мячи.

«Наши друзья-мышата». Дети идут в гости к мышатам, перепрыгивая на двух ногах с места через ручеёк. (5-6 раз)

«Кот и мыши». На расстоянии 5 метров чертят две линии: за одной — домик «кота», за другой — домик «мышей». Водящий — «кот» спит в своём домике, а «мышата» идут к нему со словами:

Посмотреть, который час,

Вышли мыши как-то раз.

Раз, два, три, четыре,

Мыши дёрнули за гири...

В этот момент «мышы» подходят к «коту» и даже могут его потрогать.

В друг раздался

Страшный звон!

Побежали мыши вон.

После слова «вон» «кот просыпается и бежит догонять «мышей». «Мышки» должны спрятаться в своем домике. По желанию дети — «мышы» меняются ролями с «котом». Повторить 3 раза.

Самостоятельная двигательная деятельность детей.

(Свободные игры детей с платочкам, с фигурками мышей и котов.

Длительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин)

«Прятки с платком». Дети накрываются платочками. Педагог с кошкой в руках ходит по площадке, ищет детей. Я хожу, хожу, хожу, Никого не нахожу. Где же Вова? Где же Маша? Где искать ребяток наших? Затем педагог поднимает платок с ребёнка, Удивляется, радуется, что нашла. Ребёнок гладит кошку. Игра повторяется с другими детьми. Повторить 3 раза.

АПРЕЛЬ

Занятие №15 с разноцветными косичками (1-2 неделя).

Тема: «Разноцветные косички».

Образовательные задачи:

Инициировать преодоление препятствий разными способами. Учить детей ходить и бегать по ограниченной плоскости. Развивать координацию движений, внимание, ориентировку в пространстве, мелкую моторику рук, творческие способности. Формировать потребность в двигательной активности, воспитывать выдержку, самостоятельность.

Оздоровительные задачи:

Способствовать укреплению физического, духовного, социального здоровья.

Оборудование:

Косички (30 см) с петлями на одном конце 4 цветов (синий, красный, желтый, зеленый) по количеству детей, 2 стойки с длинной веревкой, ориентиры 4-х (красный, синий, желтый, зеленый), палочки длиной 20 см или карандаши по количеству детей.

Ход занятия

Вводная часть (2 мин).

Педагог предлагает детям отправиться в гости к цветным косичкам, чтобы поиграть с ними. Косички по количеству детей разложены с одной стороны площадки в виде дорожки шириной 25-35 см, с другой стороны одна за другой, в виде лесенки.

«Выполни задание»

Ходьба и бег по узкой дорожке, выложенной из разноцветных косичек, ходьба с перешагиванием через косички.

Основная часть (6 мин).

Общеразвивающие упражнения с разноцветными косичками.

«Большие».

И.п.: ноги узкой дорожкой, косичка внизу, косички вверх, и.п. Выполнить 5-6 раз.

« Наклонись и улыбнись».

И.п.: широкая стойка, ноги врозь, косичка внизу. Наклон влево (к окошку), прямо, наклон вправо (к двери), прямо. Выполнить 5-6 раз.

« Покажи косичку».

И.п.: узкая стойка, ноги врозь, косичка внизу, присесть, косичку вперед(сказать «вот»), и.п. Выполнить 5-6 раз.

«Прыг-скок».

И.п.: ноги узкой дорожкой, косичка на полу, прыжок на двух ногах через косичку вперед, повернуться к косичке и выполнить прыжок в обратную сторону. Повторить 6 раз.

«Пройди – не упади».

Дети стоят в 4 колоннах перед косичками. Косички соединены между собой в одну длинную косичку и лежат на полу. Выполнить друг за другом ходьбу боком, приставным шагом, руки на поясе. Повторить 3 раза.

«Не задень».

Дети стоят шеренгой на линии перед высоко натянутой веревкой с косичками. По сигналу одновременно подпрыгивают и касаются косичек рукой. Выполнить 2 раза.

«Жучки».

Веревка с косичками опущена вниз, дети, стоя в колонне, друг за другом по сигналу выполняют ползание, двигаясь «змейкой» между косичек, стараясь не касаться. Выполнить 2 раза.

«Найди себе пару».

Бег в рассыпную, по сигналу воспитателя стать в пары с одинаковой по цвету косичкой и выполнить прыжки на месте, кружение в паре. Повторить 3 раза.

Самостоятельная двигательная деятельность детей.

Педагог предлагает детям самостоятельно поиграть с косичками, придумать упражнение, выложить из косичек разные фигуры. Продолжительность 2 мин.

Заключительная часть (2 ми).

Игровое упражнение «Моталочка».

Дети, стоя шеренгой напротив своей косички с палочкой в руках, по сигналу быстро наматывают косичку одной рукой на палочку. Воспитатель выполняет действия вместе с детьми, а затем предлагает уложить косички на скамейку отдохнуть.

Занятие №16 с обручами (3-4 неделю).

Тема: «Мы – водители».

Образовательные задачи:

Обогащать и разнообразить двигательный опыт детей, изменяя способы и характер выполнения ОРУ, прыжков, ходьбы. Развивать воображение, восприятие, мышление. Воспитывать желание играть рядом и вместе.

Оздоровительные задачи:

Содействовать становлению образа и чувства своего тела.

Оборудование:

Маленькие обручи на каждого ребенка, гимнастическая скамейка, игрушка автобус.

Ход занятия

Вводная часть(2 мин).

Воспитатель:

Едем, едем на машине. Нажимаем на педаль.

Газ включаем, выключаем, Смотри пристально мы вдаль.

Ребята, Сегодня я предлагаю вам отправиться в путешествие на машинах, хотите?

Дети берут в руки любой понравившийся обруч.

Ходьба и бег друг за другом в медленном и быстром темпе с обручем в руках - «едут машины».

Основная часть (6 мин).

Общеразвивающие упражнения с обручами.

«Открой люк».

И.п.: стоя, обруч в опущенных руках. Поднять обруч вверх над головой, потянуться, опустить руки вниз. Повторить 4 - 5 раз.

«Посмотри в окошко».

И.п.: сидя, ноги врозь, обруч в двух руках перед грудью. Наклонится вперед, коснуться обручем носков, выпрямиться, обруч перед лицом. Повторить 4-5 раз.

«Отдыхаем».

И.п.: лежа на животе, обруч в обеих руках перед грудью на полу. Выпрямить руки вперед, обруч остается на полу, затем руки к груди. Повторить 3-4 раза.

«Присядь».

И.п.: стоя в обруче, обруч на полу. Присесть, коснуться обруча с боков, выпрямиться. Повторить 5 раз.

«Машины едут».

Игровое упражнение « Прыгни в обруч».

Прыжки на двух ногах в обруч и из обруча. По сигналу дети одновременно прыгают на двух ногах. Повторить 4-5 раз.

Игровое упражнение «Едем через туннель».

Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке до обруча. Про ползание через него. Дети выполняют упражнения друг за другом 3-4 раза.

Подвижная игра «Такси».

Дети стоят парами, друг за другом: один – у одной стороны обода, другой – у противоположной. Первый ребенок – водитель такси, второй – пассажир. Дети бегают по площадке или по дорожке. Через некоторое время меняются ролями.

Когда дети научатся бегать в одном направлении, воспитатель может дать задание бегать в разных направлениях, делать остановки обозначить флажком. На остановке пассажиры меняются, один выходит из такси, другой садится. Повторить 2-3 раза.

Самостоятельная двигательная деятельность детей.

Свободные игры детей с картонными кружками, обручами. Длительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин).

«Найди автобус».

Дети стоят врассыпную на игровой площадке рядом с педагогом. Педагог показывает игрушку детям, затем предлагает им отвернуться, сам в это время прячет игрушку.

Педагог:

- Ну-ка, дети, поспешите и автобус вы найдите!

Дети ищут игрушку. Нашедший игрушку ребенок приносит ее педагогу, показывает и называет. Повторить 3 раза.

МАЙ

Занятие №17 с верёвкой и косичками (1-2 неделя)

Тема: «Курочка и жёлтые цыплятки».

Образовательные задачи: закрепить подлезание под веревку левым-правым боком, перешагивание через веревку, приподнятую" на высоту 5 СМ, закрепить у детей знание геометрических усовершенствовать ходьбу и бег по кругу. Развивать координацию движений, внимание, ориентировку в пространстве, творчество при выполнении упражнений. Формировать потребность в двигательной активности, воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласованность движения.

Оздоровительные задачи: способствовать укреплению физического и психического здоровья.

Оборудование: большая верёвка, косички по количеству детей.

Ход занятия:

Вводная часть (2 мин).

Педагог загадывает детям загадку:

Жёлтые пицчат комочки,

Это всё сыны и дочки. Квохчет мама: «Ко-ко-ко,

Не ходите далеко!

Не играйте с мамой в прятки». Детки кто её? ...

Дети:

— Цыплятки.

— А где живут цыплятки? Конечно, с мамой курицей в деревне у бабушки. Давайте, цыплятки, поедem в деревню на весёлом поезде.

Ходьба и бег друг за другом, держась за большую верёвку.

Основная часть (6 мин).

Общеразвивающие упражнения с большой верёвкой.

«Ну-ка покажи».

И.п.: ноги узкой дорожкой, верёвка внизу. Поднять руки вперёд, показать верёвку, затем руки вниз — «спрятали верёвку» Повторить 4-5 раз.

«Большие».

И.п.: ноги узкой дорожкой, верёвка внизу. Верёвку вверх, затем опустить вниз. Повторить 4-5 раз.

«Удержись».

И.п.: ноги узкой дорожкой, верёвка внизу. Согнуть правую ногу в колене, верёвку вперёд, то же с другой ногой. Повторить 4-5 раз.

«Ванька-встанька».

И.п.: узкая стойка, ноги врозь, верёвка сверху. Присесть, верёвку положить на землю. Повторить 5 раз.

«Прыг-скок».

И.п.: 0.с., верёвка на земле. 6-8 подпрыгиваний, затем 810 шагов.

Игровое упражнение «через ручеёк». Прыжки в длину с места на двух ногах через две параллельные верёвки, положенные на расстоянии 25-30 см. Дети выполняют упражнение одновременно 6-8 раз по сигналу педагога.

Игровое упражнение «Перешагни». Перешагивание через верёвку, приподнятую на высоту 10 см. По сигналу дети одновременно выполняют перешагивание через верёвку туда и обратно. Упражнение повторить 4-5 раз.

Игра «Цыплята и наседка». с одной стороны площадки расположен шнур, за ним сидят «цыплята» — это их «домик». Дети-«цыплята» бегают по площадке — «двору», присаживаются, «собирают зёрнышки», помахивают «крылышками». По сигналу педагога: «Цыплятки, домой!» — дети убегают в «домик» (за шнур),

а педагог пытается их поймать (дотронуться). Игра проводится 3-4 раза.

Самостоятельная двигательная деятельность детей. Педагог предлагает самостоятельно поиграть с большой верёвкой и её подружками-косичками. Продолжительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин).

Игра на внимание «Угадай, чей голосок». Дети стоят в шеренге, перед ними ширма. Воспитатель называет кого-нибудь из детей, и тот ребёнок идёт за ширму. Педагог договаривается с ним, какое животное или птицу он будет изображать. За ширмой раздаётся мычание коровы, лай собаки, крик петуха и другие звуки. Воспитатель предлагает одному из детей и отгадать, кто кричит. Если ребенок не знает, какому животному или птице подражать, воспитатель ему помогает. Игра повторяется 2-3 раза.

Занятие №18 с большими мячами (3—4 неделя)

Тема: «Мой весёлый, Звонкий Мяч».

Образовательные задачи:

Формировать элементарные действия с мячом (катание, подбрасывания мяча), совершенствовать технику ходьбы и бега. Формировать исследовательские действия, развивать физические качества. Воспитывать интерес к действиям с мячом.

Оздоровительные задачи: создавать психо-эмоциональный комфорт.

Оборудование: кегли, мячи на каждого ребёнка, колобок (кукла би-ба-бо).

Ход занятия:

Вводная часть (2 мин).

Педагог встречает детей с мячом-колобком (кукла би-бабо). Колобок предлагает детям познакомиться со своими друзьями мячами-колобками и приглашает их поиграть.

«Пройди и пробег по коридору». Дети стоят в колонне по одному. По сигналу пройти по коридору, обозначенному кеглями, затем пробежать. Длительность 1 мин.

Основная часть (6 мин).

Общеразвивающие упражнения «Мячи-колобки» с большими Мячами.

«Полюбуйтесь колобками». Узкая стойка, ноги врозь, мяч внизу, мяч вперёд, и.п. Повторить 5 раз.

«Покажем колобков друг другу»

И.п.: то же, мяч впереди в вытянутых руках, поворот вправо (влево), и.п. Повторить 3 раза в каждую сторону.

«Колобки танцуют».

И.п.: то же, мяч перед грудью, руки согнуты в локтях, наклон вперёд, мяч вниз (поплясал), и.п. Повторить 4 раза.

«Колобки скачут на лошадках».

И.п.: то же, мяч впереди в вытянутых руках, поднимать колени. Повторить 5 раз.

«Колобки радуются».

И.п.: то же, мяч перед грудью, руки согнуты в локтях. Прыжки на двух ногах на месте. Повторить 6 раз.

«Прокати и догони». Прокатывание мяча двумя руками вперед. Дети выполняют задание одновременно. Повторить 6-8 раз.

«Салют». Дети берут мячи разных цветов и располагаются на линии. Взрослый вместе с детьми произносит:

Это не хлопушки:

Выстрелили пушки.

Люди пляшут и поют.

В небе праздничный салют!

Дети бросают мяч двумя руками вверх.

По сигналу взрослого: «Закончился салют!» дети перестают бросать мячи.

«Лови-бросай». Дети стоят в кругу, взрослый – в центре круга, взрослый бросает мяч детям и ловит его обратно, говоря: «Лови, бросай, - покатайся упасть не давай!». Педагог произносит текст, не спеша, чтобы успеть поймать и бросить мяч. Расстояние постепенно увеличивается: от 1 до 2 м и более.

Самостоятельная двигательная деятельность детей. Свободные игры детей с мячами.

Продолжительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин).

«Мяч-колобок в кругу». Дети сидят на полу, ноги врозь, образуя круг. Педагог дает одному из участников игры мяч-колобок и читает стихотворение.

Колобок, колобок,

У тебя румяный бок.

Ты по травке прокатись

И Катюше (ребятам) улыбнись!

По просьбе педагога девочка прокатывает мяч двумя руками названному участнику. Тот, получив мяч, прокатывает его другому ребенку, которого назвали по имени, и т.д. Длительность: каждый ребенок прокатывает мяч 2-3 раза.