**Методическая разработка «Темы недели. Образовательная область «Физическое развитие» (в соответствии с ФГОС ДО)».**

Васильченко Светлана Александровна,

инструктор по физической культуре МК ДОУ Павловский д\с №10

Павловского муниципального района Воронежской области.

Наш детский сад является пилотной площадкой по отработке вариативных моделей введения и реализации Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования. Я предлагаю вашему вниманию примерное планирование по 8 темам образовательной области «Физическое развитие», как часть образовательной работы в контексте введения и реализации ФГОС ДО. **Оздоровительные задачи** решаются в процессе соблюдения требований к гигиеническим и социально-бытовым условиям, полноценному питанию, рациональному режиму дня, физическим упражнениям.
**Обучающие и воспитательные задачи** реализуются посредством **интеграции** всех образовательных областей и в процессе**основных видов детской деятельности** – игровой, познавательно-исследовательской, двигательной.

1

|  |
| --- |
| **В здоровом теле – здоровый дух!** |
|  | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| 2 мл. гр. | Беседа «Не хотим болеть!» Массаж спины «Дождик». Пальчиковая гимнастика «Детский сад». | Игровая ситуация «Сильные ручки – крепкие ножки». | Круг общения «Надо-надо подрасти». Просмотр одноименного мультфильма про Машу и Медведя. | Игровая ситуация «Волшебный носик». Дыхательная гимнастика «Дунем на бабочку». | Игра-фантазирование «Ушки-лапушки».Просмотр мультфильма «Большой Ух». |
| Ср. группа | Беседа «Мы здоровыми растем!». Массаж ушных раковин. Пальчиковая гимнастика «Как живешь?». | Игровая ситуация «Кто такие силачи?». Зарядка с пластмассовыми гирями. | Игра-экспериментирование «Мы растем!» (с исп-м ростомера). Просмотр одноименного мультфильма про Машу и Медведя. | Беседа «Дышим носом!». Дыхательно-звуковая гимнастика «Самолет». | Беседа «Жуй-жуй-глотай» (правильный прием пищи). Просмотр мультфильма «Нехочуха». |
| Ст. группа | Беседа «Здоровые ножки". Босохождение по массажным дорожкам. Точечный массаж. Рисование «Румяный колобок». Пальчиковая гимнастика «У бабушки Меланьи». Массаж рук.  | Игровая ситуация «Мышцы-молодцы».Гимнастика с пластмассовыми гантелями. Разучивание песни «Знай свое тело». | Беседа «Все мы «твердолобые»!». Физминутка «Я позвоночник берегу». Сюжетно-ролевая игра «Больница» (оказание первой помощи при переломе) – взамодействие с подг. группой. | Игра - экспериментирование «Вдох-выдох».Опыт «Можно ли говорить на вдохе?».Дыхательная гимнастика в парах. Игра-ситуация «Пульс». | Ситуативный разговор «Смотри во все глаза». Игра-эксперимент «Пройди по дорожке с завязанными глазами». Экскурсия в кабинет офтальмолога (региональный компонент «**Мы из Придонья».** |
| Подг. гр. | **Презентация «Вот какая кожа».** Игры-ситуации «Знакомьтесь – волоски!», «Кто такие микробы» и «Веснушки и загар» *(разучивание песни «Веснушки», просмотр летних фотографий с комментариями детей).* Рисование «Антошка».Точечный массаж. Пальчиковая гимнастика «Я смелый, загорелый». | **Беседа «Наши мышцы хороши».** Приход «Ильи Муромца».Презентация «Для чего человеку нужны мышцы?» (комната познавательного развития). Опыт с поднимающимися руками (мышечная память). Массаж стоп «Молоточки». | **Проблемная ситуация «Из чего состоят кости».** Игровое экспериментирование с куриной косточкой и уксусом.Лепка «Косточка для Дружка».Сюжетно-ролевая игра «Больница» (оказание первой помощи при переломе) – взаимодействие со старшей группой. | **Просмотр видеофильма «Внутренние органы» (заглянем внутрь человека).**Игра-ситуация «Дышим – значит живем», опыты с листочками, перышком, мобилем, мыльными пузырями и губкой.Игра-ситуация «Мой вечный двигатель», опыты с воздушным шариком (имитация сердечной мышцы) и пластиковым стаканчиком (прослушивание ритма сердца). Дыхательная гимнастика. | **Беседа «Чистота – залог здоровья».** Экскурсия в кабинет медицинской сестры ДОУ **(**региональный компонент «**Мы из Придонья»).****Физкультурный досуг** «Мы – удальцы, наши мышцы – молодцы!». |

2

|  |
| --- |
| **Веселые старты** |
|  | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| 2 мл. группа | Игры: «Кот и мыши», «У медведя во бору», «Огуречик», «Зайка серенький», «Курочка и цыплята». | Игры с мячом: катание мяча в парах, прокатывание мяча в прямом направлении, ловля мяча в кругу | Игры со скакалкой: пройди «по дорожке», прыгни «через ручеек», «Поймай змею за хвост». | Игры с мешочками, шишками, платочками, кубиками и т.д. Подв. игры «Птички в гнездышках» (с обручами), «Солнышко и дождик» (с зонтиком) | Любимые детские игры (по выбору детей). |
| Средняя группа | Игры: «Мышеловка», «У медведя во бору», «Огуречик», «Зайка серенький», «Курочка и цыплята». | Игры с мячом: перебрасывание мяча в парах, по кругу, с отбиванием от пола. | Игры со скакалкой: пройди «по дорожке», прыгни «через ручеек», «Поймай змею за хвост». | Игры с мешочками, шишками, платочками, кубиками и т.д. | Любимые детские игры (по выбору детей). |
| Старшая группа | Игры: «Кошки-мыщки», «Самолеты», «Перелет птиц», «Совушка». | Эстафеты с мячом, подвижные игры: «Выбивной», «Собачки»;м\подв. игры: «Кали-кало», «Бочка смеха»;познавательно-интеллектуальные игры «4 стихии», «Я знаю 5 имен девочек». | Эстафеты со скакалкой. Игры со скакалкой: «Удочка», «Выше-ниже», «Лодочка качается». | Эстафеты с палочкой. Игры с предметами: «Ловля бабочек»(с обручами», «Поймай обезьяну за хвост» (с платочками), «Защита укрепления» (с кеглей и мячом), «Мышеловка» (с обручами). | Физкультурный досуг «Веселые старты». |
| Подготовительная гр. | Эстафеты без предметов. Игры: «Кошки-мышки» (с 2-3 водящими), «Царь Горох», «Волк во рву», «Море волнуется раз», «Не оставайся на полу», «Быстро шагай, смотри не зевай!», «Невод», «Рыбаки и рыбки», «Черепашьи гонки». | Эстафеты с мячом, подвижные игры: «Выбивной», «Собачки», «Охотники и зайцы»;м\подв. игры: «Кали-кало», «Бочка смеха»;познавательно-интеллектуальные игры «4 стихии», «Я знаю 5 имен девочек». | Эстафеты со скакалкой. Игры со скакалкой: «Удочка», «Выше-ниже», «Лодочка качается», «Пройди – не задень». | Эстафеты с палочкой. Игры с предметами: «Ловля бабочек», «Бездомный заяц» (с обручами», «Поймай обезьяну за хвост» (с платочками), «Защита укрепления» (с кеглей и мячом), «Мышеловка» (с обручами), «Хитрая лиса» (с платочком). | Экскурсия в спортзал ПСОШ №3 (региональный компонент «**Мы из Придонья»).** Физкультурный досуг «Веселые старты». |

3

|  |
| --- |
| **Спортивная игротека** |
|  | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| 2 мл. группа | «Круг-кружочек», «Колпачок» - хороводные игры с распевками. | Упражнения на согласование речи с движением «Уточка», «Котенок» (Кириллова Ю.А., Картушина М.Ю.). | Игровые упражнения «Забрось мяч в корзину», «Перебрось через веревочку», игра с воздушными шарами. | Игровые упражнения «По кочкам», «Пробеги не задень», музыкальные игры. | Развлечение «Путешествие солнечных зайчиков». |
| Средняя группа | «Веселый хоровод», «Веночек» - хороводные игры с распевками и движениями. | Упражнения на согласование речи с движением (Кириллова Ю.А., Картушина М.Ю.). Звуковая гимнастика.  | Игровые упражнения «Удержи шарик на ракетке», «Перепрыгни через скакалочку». Спортивная игра «Кегельбан» (сбей мячом кегли). | Игровое упражнение «Пройди по извилистой дорожке». Музыкальная игра «Поезд» («Вот поезд наш едет»), «Музыкальный стульчик».  | Развлечение «У медведя во бору». |
| Старшая группа | «Гуси-гуси», «Плетень», «Царь Горох» - русские народные подвижные игры со словами. | Упражнения на координацию речи с движение (Кириллова Ю.А., Картушина М.Ю.). Фонопедические упражнения (русские народные приговорки). | Игры с мячом с элементами спортивных игр («Беличий волейбол»», «Прыжковый фейерверк»). Катание на велосипедах, самокатах. | Музыкальная игра «Музыкальный поезд» (сбор вагончиков под музыку). Музыкальная пальчиковая игра «Мои веселые пальчики». Прогулка: игры в «классики». | Любимые детские игры (по выбору детей). |
| Подготовительная гр. | **Русские народные игры (подвижные, малоподвижные, на внимание и др.)**: «Горелки», «Гуси и волк», «Горшки», «Да и нет». Танец-игра «Выйдем на лужок». | **Логоритмические игры.** Игровые упражнения «Алфавит движений». Фонопедическое упражнение «Легковой автомобиль». Экскурсия в кабинет логопеда ДОУ (региональный компонент «**Мы из Придонья»**). | **Спортивные игры:** футбол, волейбол, фрисби. Придумывание нетрадиционных спортивных игр (Баттлбол). Экскурсия в ФОК «Горняк» (региональный компонент **«Мы из Придонья**). | **Музыкальные игры:** «Бабка Ежка» и др. Игры в «Классики»: «Улитка», «Огонь и вода» и др. | **Любимые детские игры** (по выбору детей). |

4

|  |
| --- |
| **Папа, мама, я – спортивная здоровая семья!** |
|  | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| 2 мл. группа | Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик – бабушка». | Рассматривание домашних семейных фотоальбомов (с комментариями детей об активном семейном отдыхе). | Приход бабушки-Загадушки. Рассказывание потешек, присказок, сказок о здоровье и закаливании. | Аппликация из готовых форм «Укрась мяч» (на силуэте мяча). | Семейный клуб «Дружная семейка». |
| Средняя группа | Пальчиковая гимнастика «Семь-я». | Рассматривание иллюстраций на тему «Семейные традиции» и семейных фотоальбомов (о спорте и ЗОЖ). | Приход игрушки Спортика, рассказ о себе, создание игрового поля «Спортивный зал».  | Коллективная работа – составление коллажа из фрагментов спортивных картинок. | Досуг «Дружные команды». |
| Старшая группа | Зарядка «Веселые спортсмены». Проблемная ситуация «Есть ли в семье спортсмены?». | Обыгрывание «Картинок-спортинок» (спорт и ЗОЖ). Создание игрового поля и сюжетная игра «Стадион». | Рассказы и стихи собственного сочинения «Мой папа - чемпион», «Моя мама – спортсменка». Творческие работы. | Просмотр семейного видеофильма «Моя спортивная семья» (с комментариями ребенка). | Семейное развлечение «Полоса препятствий». |
| Подготовительная гр. | Ситуативная беседа «Мы – спортивная здоровая семья». Ритмическая гимнастика «Аэробика». | Творческое задание «Вместе с папой, вместе с мамой» (придумать и показать семейную зарядку, дать советы по закаливанию). Создание игрового поля и сюжетная игра «Бассейн». | Приход родителей-спортсменов в группу, презентация и рассказ о спортивном образе жизни «Час семейных увлечений». | Коллективная работа «Мои родители - спортсмены».  | Физкультурный досуг «Папа, мама, я – спортивная семья!» (с участием родителей). |

5

|  |
| --- |
| **Если хочешь быть здоров…** |
|  | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| 2 мл. группа | Беседа «Зачем нам язычок?». Игра «Разомнем язычок».Д \игра на внимание «Овощи и фрукты». | М\п игра «Где спрятался мышонок?», («Найди игрушку»). | Игра-ситуация «Горячо-холодно».Пальчиковая гимнастика. Массаж лица «Умывалочка». | Д\игра «Угадай, кто кричит?» (звуки животных, птиц). | Д\игра «Чудо-носик (определение по запаху – пластиковые стаканчики, закрытые марлей: жевательная резинка, апельсиновая корка, мыло, чеснок). |
| Средняя группа | Зарядка «Здоровье – в порядке, спасибо зарядке!».Беседа «Язычок сверху и снизу». Артикуляционная гимнастика «Зубная щетка». Разучивание частушек про зубы. Игра на внимание «Съедобное – не съедобное».  | Ситуативный разговор «Бережем глаза и зрение». Массаж биологически активных точек «Что делать после дождика». Игры «Найди игрушку того же цвета». Гимнастика для глаз. | Д\игра «Волшебный мешочек» (определи на ощупь).Пальчиковая гимнастика «Бабочки и цветы». | Игра-ситуация «Зачем нужны уши?». Точечный массаж ушей «Чтобы ушки не болели».Рисование «Эти ушастые животные». Релаксация «Шум моря», «Морской прибой». | Д\игра «Угадай, что за фрукт?», «Угадай, что за овощь?» (по запаху определить – яблоко, груша, огурец, морковь, кабачок, картофель, свекла). |
| Старшая группа | Беседа «Кто такие микробы?». В гостях у Витаминки «Спасем Витаминку». Правила чистки зубов и язычка. Проблемная ситуация «Почему у крокодила заболели зубки? (м\ф «Птичка «Тари»).Игра «Волшебный напиток» для закаливания носоглотки (дети говорят «волшебные слова» и делаю пассы над стаканчиком с водой рот, полощут горло, определяют на вкус «заряженную» воду). | Презентация «Что такое зрачок или Взгляд изнутри». Опыты на реакцию зрачка в различном освещении, опыт Мариотта (слепое пятно).Гимнастика для глаз с использованием офтальмологического тренажера «Дорожка для улитки».Ритм. танец «Закрывать и открывать глаза». | Презентация+игра «Что у нас на кончиках пальцев?». Д\игра «Какой формы предмет» (определи на ощупь).Пальчиковая гимнастика | Ситуативный разговор «Ушки на макушке». «Рассматривание иллюстраций. Точечный массаж ушей. Ролевая игра «Больница». Приход подг. гр. Игра-эксперимент с детским фонендоскопом-трубкой.  | Беседа «Когда человеку легче дышится?». Игра-ситуация «Чем пахнет мама». Придумывание авторских рассказов на эту тему.  |
| Подготови-тельная гр. | **«5 органов чувств».** Беседа «На вкус и цвет друзей нет" (**вкус**). Пословицы и поговорки о языке (Язык до Киева доведет). Д\игры «Узнай на вкус», «Посылка от Незнайки «Чтобы зубки не болели». Опыты по определению вкусовых зон языка, по необходимости слюны для определения вкуса пищи. Песня «Вредная еда». Экскурсия в кабинет стоматолога «Целительницы» (региональный компонент «**Мы из Придонья»**). | **«5 органов чувств».** Презентация «Взгляд изнутри» (трехмерная модель глаза). (**зрение** – использование офтальмологического тренажера), игра «Кто ушел?», «Что изменилось?», «Жмурки». Гимнастика для глаз «Муха». Массаж глаз «Раздеваем лук» (по китайской методике). | **«5 органов чувств».** Презентация «Где находится осязание?». Д\игра «Из чего сделано? (**осязание –** пластмасса, резина, бумага, дерево и т.д**.**), Игра-эксперимент с определением материала пальцами, предплечьями, пальцами ног.Пальчиковая гимнастика | **«5 органов чувств».** Ситуативный разговор «Для чего нужны беруши?». Д\игра «Угадай, чей голосок?» (**слух**), «Угадай, кто кричит?» (звуки животных), «Пробеги тихо».Изготовление из пластиковых бутылок детской слуховой трубки. Посещение старшей группы, ролевая игра «Больница». | **«5 органов чувств».** Презентация «Строение носа». Упражнения для развития дыхания «Аромат розы», «Морской воздух» (**обоняние** – элементы психогимнастики). Коллективная работа с элементами нетрадиционного рисования «Цветочная клумба».Физкультурный досуг «Быть здоровыми хотим!» |

6

|  |
| --- |
| **Остров Здоровья** |
|  | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| 2 мл. группа | Игра-фантазирование «В гости к солнышку». П\игра «Солнышко и дождик». | Беседа «Будем правильно дышать» (носовое дыхание). Оздоровительная ходьба по дорожкам здоровья.  | Рассматривание алгоритма умывания и мытья рук (с комментариями детей). | Проблемная ситуация «Почему у бегемотиков болят животики?». | Развлечение «В гостях у Витаминки». |
| Средняя группа | Просмотр мультфильма «Краденое солнце». | Терренкур (дозированная ходьба). Дыхательные упражнения. | Игры и опыты с водой. | Игровая ситуация «Полезная и вредная еда». Игра с мячом (полезное ловить, вредное – отбивать). | День Здоровья |
| Старшая группа | Экспериментальная игра с зеркалами «Солнечные зайчики». | Су-джок (рука развивает мозг, стопа формирует здоровье). Босохождение по нестандартному физкультурному оборудованию. Оздоровительный бег 300 м (джоггинг). Дыхательная гимнастика. | Беседа «Какая польза от воды?». Конкурс «Мойдодыр».  | ЗОЖ «Философия цветка». Создание аромамедальонов (с кусочками чеснока и лука). Встреча с подг. группой (подарить аромамедальоны). | Праздник «Физкульт-Ура! На природе детвора!». |
| Подготовительная гр. | **Доктор Солнышко**Солнечные ванны. Экспериментальная деятельность с настольной лампой глобусом.  | **Доктор Свежий воздух.** Оздоровительная гимнастика на свежем воздухе. Дыхательная и звуковая гимнастика по Стрельниковой. Оздоровительный бег 600 м (джоггинг). | **Доктор Чистая вода**Презентация «Грязная вода под микроскопом». Экспериментирование с водой «Как очистить воду». Полоскание рта и горла.  | **Доктор Полезная еда.**Просмотр видеофильма о правильном сбалансированном питании.Создание памятки по правильному питанию. Посещение старшей группы (подарить памятку). | Спортивный праздник на свежем воздухе **«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья».**  |

7

|  |
| --- |
| **Активный отдых** |
|  | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| 2 мл. группа | Игра-ситуация «В гости к зайке» | Гимнастика «Вместе с зайкой на зарядку». Дети «превращаются» в зайцев, надевают заячьи ушки. | Игра-ситуация «Зайка любит погулять». Дети находят зонтик. П\игра «Солнышко и дождик» (прогулка с зайкой). | Игровая ситуация «Зайка любит поиграть». П\игра «Догони зайку», «Найди зайку». | Развлечение «День рождения зайки». Изготовление подарков для именинника. |
| Средняя группа | Игра-ситуация «Пойдем на речку». Правила поведения на воде.  | Рассматривание иллюстраций на тему «Водные забавы» (и фото из семейного архива). Рисование «Капелька-озорница». | Д\игра «Найдем друзей капельки» (по группе найти и собрать). Водная горка для капелек (экспериментирование с водой, песком и водяной мельницей). | Игра-ситуация «Куда спряталась капелька?». Игра на внимание «Ориентирование». | Развлечение «Дом для капельки». П\игра «Аквариум и рыбки». |
| Старшая группа | Беседа «Я в поход пойду – рюкзак с собой возьму». Эстафета «Укладка рюкзака».  | Рассматривание иллюстраций на тему «Идем в поход». Игра «Что нужно для похода».  |  Игра «Котелок и вода – будет вкусная еда» (что положим в суп). Эстафета «Рыбалка», п\игра «Удочка». Ролевая игра «На привале». Упражнение «Уберем за собой». | Прогулка-экскурсия с элементами туризма по территории детского сада. Труд в природе. Игра «Собери съедобные грибы в корзину». | Игра-путешествие «Идем в поход» (полоса препятствий, п\игры, привал - релаксация). |
| Подготовительная гр. | Беседа «Что такое поход?». Ситуативная беседа-игра «Что возьмем с собой в поход?». Презентация «Правила поведения на природе». На прогулке труд в природе, игра в бадминтон, с мячом и скакалками. | Чтение худ. литературы на тему «Идем в поход». Рисование «Как я люблю играть и отдыхать».На прогулке игра «Городки». | Рассматривание иллюстрация и домашних фотографий на тему «Активный отдых» (семейные походы, ночевки, рыбалка, посещение кегельбана, ледовой арены и т.д.). Игра «Рыбалка», п\игра «Охотник и зайцы», «Рыбаки и рыбки». | Беседа «Опасные ситуации в лесу». Прогулка-экскурсия с элементами-туризма в лес «Мы – туристы» (региональный компонент «**Мы из Придонья»**).Изготовление поделок из шишек.  | Играем в туристов. Физкультурный досуг «Чудеса Шипового леса» (региональный компонент «**Мы из Придонья»**).На прогулке игра в «резиночки», «Вышибалы». |

8

|  |
| --- |
| **Как стать олимпийцами**  |
|  | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| 2 мл. группа | Беседа «Мы – спортсмены». Проведение образно-игровой зарядки «Спортсмены». | Чтение и разучивание стихов о спорте. | Рассматривание иллюстраций и фотографий с изображением спортсменов, летних и зимних видов спорта. | Играем в спортсменов. Запуск игрушечных корабликов и лодочек в тазу и луже на улице «Парусный спорт». | День любимых детских игр. |
| Средняя группа | Беседа «Кто такие спортсмены?» Проведение образно-игровой зарядки по видам спорта. | Чтение худ. лит-ры по спортивной теме (А. Барто, стихи, загадки, пословицы о спорте). | Рассматривание иллюстраций и фотографий с изображением спортсменов, летних и зимних видов спорта. Рисование на тему «Спорт». | Играем в спортсменов. Мы – конькобежцы (с использованием нестандартного оборудования – пластиковых бутылок) -велосипедисты и т.д. | День любимых детских игр. |
| Старшая группа | Беседа «Что такое «олимпиада», как она возникла?». Лепка на тему «Спорт». | Чтение худ. лит-ры по спортивной теме (А. Барто, стихи, загадки, пословицы о спорте). | Рассматривание иллюстраций и фотографий с изображением символики и талисманов Олимпийских игр. | Играем в олимпийцев. Серия дидактических игр «Назови вид спорта» (летнего, зимнего), «Найди пару»; сюжетные игры «Строительство олимпийского комплекса» (стадиона, трека, бассейна). | День спортивных игр «На пути к Олимпиаде» (проведение прогулок с элементами спортивных игр). |
| Подготовительная гр. | Беседа «Что такое «олимпиада», как она возникла?». Презентация «Проведение Олимпийских игр в Сочи», «Эстафета олимпийского огня». Аппликация «Олимпийский огонь». | Чтение худ. лит-ры по спортивной теме (А. Барто, стихи, загадки, пословицы о спорте). «Выпуск» сборников стихов и загадок о спорте. Придумывание рассказов о спорте и спортсменах. «Написание» писем спортсменам с пожеланием успехов и победы на Олимпийских играх. Спортсмены Павловска и Павловского района – участники Олимпийских игр (региональный компонент «**Мы из Придонья»**). | Рассматривание иллюстраций и фотографий с изображением символики и талисманов Олимпийских игр (леопард Барсик, медведь Полюс, зайка Стрелка). Создание панно, коллажей; разучивание песен по теме. Создание фото-сборника «Знаменитые спортсмены-земляки» (региональный компонент «**Мы из Придонья»**). | Играем в олимпийцев. Серия дидактических игр «Назови вид спорта» (летнего, зимнего), «Найди пару»; сюжетные игры «Строительство олимпийского комплекса» (стадиона, трека, бассейна), «Тренировка олимпийцев», «Проведение олимпийских игр». | День спортивных игр «На пути к Олимпиаде» (проведение прогулок с элементами спортивных игр). |