КАЛЕНДАРНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ВО II МЛАДШЕЙ ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми II младшей группы»

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **СЕНТЯБРЬ** | | | | | | | |
| № | Орг.момент, подготовка, пособия | Вводная часть | Основная часть | | | | Заключительная часть |
| ОРУ | ОВД | П.и. | |
|  |  | 2-3 мин | 10 мин | | | | 2-3 мин |
| 1.1 | **Инвентарь:**   * Игрушки: кукла, мишка, * пособия: 2 шнура * стулья (домики) по 2-м сторонам зала по количеству детей * по подгруппам | * Ходьба стайкой за ***И.*** * Бег обычной стайкой * Игра «Пойдем в гости»   ***И.*** подходит к первой подгруппе детей, предлагает им встать и пойти вместе в гости. Подойдя к др. подгруппе, здороваются, а на слова «дождик пошёл» - бегут в свои (любые) домики. Затем то же со второй подгруппой. Повтор 2 раза |  | * Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см, дл.2,5-3 м). Держать в руках куклу, лицом к детям, кто прошёл – садится на место. | «Поймай комара». Играющие становятся по кругу, на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру. ***И***. середине круга. Он держит в руках прут длиной – 1- 1,2 метра с привязанным на шнуре картонным комаром. Длина шнура – 50 см. Воспитатель обводит прутом, «кружит комара», немного выше головы играющих. Когда комар летит над головой, ребенок подпрыгивает, стараясь его поймать. Тот, кто схватит комара, говорит «Я поймал!». Затем ***И***. снова обводит прутом круг.  Правила:  1. Ловить комара можно только обеими руками и подпрыгивая на двух ногах.  2. Ловить комара нужно не сходя с места.  2 раза | | Ходьба стайкой за мишкой. |
| 1.2 | **Инвентарь:** 2 стойки + шнур на высоте 50 см, по 2 погремушки на каждого ребёнка |  | ОРУ с погремушками  1.И.п.: ноги слегка расставлены, погремушки в опущенных руках. Руки вынести вперёд, погреметь погремушками, опустить (5 р)  2.И.п.: ноги на ширине плеч, ноги на ширине плеч, погремушки в обеих руках у плеч. Наклониться, коснуться погремушками колен, выпрямиться, вернуться в и.п. (5)  3.И.п.: ноги на ширине ступни, погремушки за спиной. присесть, положить погремушки на пол, выпрямиться, руки убрать за спину, присесть, взять погремушки, выпрямиться, убрать погремушки за спину, вернуться в и.п. (4 р)  4 И.п.: ноги слегка расставлены, погремушки в обеих руках у плеч. Прыжки на 2-х ногах на месте в чередов. с ходьбой на месте (2) | Ползание с опорой на ладони и колени под шнур  «доползи до погремушки» | «Найди свой домик» 3-4 р. С помощью ***И***. дети делятся на группы, каждая группа становится у определенного дерева. Это их домики. По сигналу ***И***. дети разбегаются по полянке в разные стороны. Затем по сигналу: "Найди свой домик!" - дети должны собраться группами к деревьям, у которых они стояли перед началом игры. | | Ходьба в колонне по одному, упражнение «Ворона!» |
| № | Орг.момент, подготовка, пособия | Вводная часть | Основная часть | | | | Заключительная часть |
| ОРУ | ОВД | П.и. | |
| 2.1 | **Инвентарь:** игрушки: кукла Наташа (сидит на стуле в 1 конце зала), мишка (на стуле в др.конце зала), большой мяч, флажки двух цветов по количеству детей. | * Ходьба парами в стайке за ***И.*** к кукле Наташе в гости, затем к мишке * Бег парами в стайке за ***И.***   в том же направлении | ОРУ без предметов.  1.«Покажи ладошки». И.п.: стоя, ноги на ширине стопы, руки опущены вдоль туловища. Поднять руки вперёд, сказать «вот», вернуться в и.п. (5 р)  2.«Покажи коленки». И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе, наклониться вперёд, ладони на колени, сказать «вот», вернуться в и.п. (5 р)  3.«Маленькие и большие». И.п.: стоя, ноги на ширине стопы, руки за спиной. Присесть, обхватить колени руками, голову опустить. Встать, руки убрать за спину. (5 р)  4.И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки опущены вдоль туловища. Прыжки на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой на месте (2 раза) | Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза). ***И.*** отбивая мяч, приглашает всех детей прыгать, как мяч. Дети идут к мишке (в 1 конец зала) и показ. ему как умеют прыгать. Дети прыгают около мишки, идут в др.конец зала и показ. то же кукле. | «Бегите к флажку». 2-3 раза.  Дети получают флажки двух цветов – одни красные, другие синие. ***И***. встает на 1 стороне площадки и держит в одной руке синий, в другой красный флажок. Дети с синими флажками группируются около синего, с красными – около красного. Затем ***И***. предлагает детям погулять. Дети ходят и бегают по площадке. ***И***. переходит на другую сторону и говорит: «Раз, два, три – сюда скорей беги!». Он протягивает руки в стороны, дети группируются около флажка соответствующего цвета. Когда все дети соберутся, он предлагает помахать флажками. | | Ходьба стайкой за ***И.*** в руках которого большой мяч |
| 2.2 | Овощи, фрукты. | * ходьба в колонне по одному за ***И.*** Дети входят в зал без построения, садятся на стулья. Игра «Поезд». Половина зала – ходьба, половина зала – бег, потом опять ходьба. * Повтор бег – ходьба | ОРУ «Во саду ли, в огороде».  1.«Яблоньки тянутся к солнышку»  И.п.: ноги врозь, руки вниз. Руки вверх, в стороны, через стороны вниз. Вернуться в и.п. 4 р  2.«Отпугиваем птиц»  И.п.: ноги слегка расставить, руки в стороны, вниз. Сделать 2 хлопка по бёдрам, сказать «хлоп – хлоп». Вернуться в и.п. 5 р  3.«Собираем овощи в корзину»  И.п.: ноги врозь, руки полукругом перед собой, пальцы рук касаются друг друга, локти приподняты. Наклон вперёд, тянуться к носкам ног. Вернуться в и.п. 4 р  4.«Ай – ай, мы собрали урожай!»  И.п.: ноги вместе, руки на пояс. Выполнить 8-10 мягких подскоков, чередовать их с ходьбой. 2 р  5.«Яблоньки тянутся к солнышку»  Повтор первого упр. 4 р | Фронтальный подгрупповой способ выполнения. На одной стороне (2,5 м от стоек) на полу шнур, от которого дети на ладонях и коленях ползут как жучки под шнур, натянутый на стойках, с др.стороны которого стоят стулья с погремушкой. Игра «Доползи до погремушки». Повтор 3 раза. | «Сторож и зайцы».  На одной стороне зала очертить домик сторожа, на др. – домики зайцев (1 на 2-3 ребёнка). Сторож обходит огород, делая вид, что ищет зайцев, проверяя, не погрызли ли они фруктовые деревья, не съели ли капусту и морковку. Уходит к себе. Выбегают на огород зайцы, прыгают. По сигналу «сторож идёт!», зайцы бегут в домики. Пойманного ребёнка сторож уводит к себе. | | Ходьба в колонне за И., в руках которого листик осенний. |
| № | Орг.момент, подготовка, пособия | Вводная часть | Основная часть | | | | Заключительная часть |
| ОРУ | ОВД | П.и. | |
| 3.1 | **Инвентарь:** кубы, ребристая доска, дуга | ***Развлечение «Лесная сказка»***  маски зайчат, морковка по количеству детей | | | | | |
| 3.2 | Грибы, ягоды. | Ходьба по кругу, выложенному ягодами, с поворотом по сигналу  Бег по кругу | ОРУ «В лесу».  1.«Дышим лесным воздухом»  И.п.: ноги врозь, руки вниз. Руки вверх, в стороны, ч\з ст-ны вниз. Верн. в и.п. 4 р  2.«Отгоняем комаров»  И.п.: ноги сл. расставить, руки вниз. Руки вперёд, вверх, помахать кистями рук, посмотреть на них, руки через стороны вниз 4 р  3.«Ищем грибы»  И.п.: ноги врозь, руки вниз. Наклон вперёд, не сгибая колен, руки в стороны, голову прямо – выдох. Вернуться в и.п. 4-5 раз  4.«Здравствуй, грибок»  И.п.: ноги слегка расставить, руки на пояс; присесть, пальцами постучать по носочкам чешек, сказать «вижу!». Вернуться в и.п. 4-5 раз  5.«Грибки, в корзинку!»  И.п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. 8-10 подскоков. Ходьба на месте. 3 раза  6.«Дышим лесным воздухом» 4 повтора 1 упр. | Ползание между ягодами, не задевая их. | «Грибы - шалуны».  Начертить круг – корзину грибника, в ней дети – грибы. Считалкой выбирается грибник, он садится на пенёк, и засыпает. ***И.***:  *На пеньке сидит грибник, отдыхает, крепко спит.*  *Тише, тише, не шумите, грибника не разбудите!*  Дети – грибы разбегаются в разные стороны. Грибник просыпается и начинает их собирать в корзинку. | | Ходьба в колонне за ***И.,*** в руках которого грибочек. |
| № | Орг.момент, подготовка, пособия | Вводная часть | Основная часть | | | | Заключительная часть |
| ОРУ | ОВД | П.и. | |
| 4.1 | **Инвентарь:** массажная дорожка 20 см шириной; | ***Досуг «В гости к мишке»***  **Инвентарь:** игрушка – мишка, цветы по количеству детей, косички 6 шт, гимнастическая скамейка | | | | | |
| 4.2 | Осень и её признаки.  **Инвентарь:** 3 ведёрка, шишки сосновые – 10 штук, жёлуди – 10 штук, грецкие орехи – 10 штук. | ***И.*** ведёт детей за собой в  игре «Пойдём гулять», пройдя  некоторое расстояние,  поворачивается к детям лицом.  После ходьбы – бег др. за др. затем то же с др. подгруппой. | ОРУ «Осенние листочки».   1. «Ветер срывает последние листочки»   И.п.: ноги слегка расставить, руки за спиной. Руки через стороны вверх, помахать кистями из стороны в сторону, посмотреть. Вернуться в и.п. 4-6 раз   1. «Деревья клонятся от ветра»   И.п.: ноги врозь, руки вниз. Наклон вперёд, не сгибая ноги, руки в стороны, голову прямо – выдох. Вернуться в и.п. 4-6 раз  3.«Листочки танцуют»  И.п.: ноги врозь, руки у плеч. Поворот вправо – руки в стороны. Вернуться в и.п. То же влево. Смотреть в сторону поворота. По 3 раза  4.«Осторожно, листопад»  И.п.: ноги слегка расставить, руки в стороны; присесть, указательными пальцами коснуться носочков чешек. Вернуться в и.п. 5-6 раз  5.«Вокруг листочков»  И.п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Подскоки вокруг листочков (1 круг). Ходьба на месте. 3 раза  6.«Поймаем листочки»  И.п.: ноги слегка расставить, руки внизу. Руки в стороны, хлопок перед собой, сказать «хлоп!», руки в стороны. Вернуться в и.п. 3 раза | Ходьба в колонне по одному за ***И.*** | «Шишки, жёлуди, орехи».  3 команды – шишек, жёлудей, орехов - по 4-6 детей. Около команд, стоящих в одну шеренгу, по 1 ведёрку. На расстоянии 4-х м. вперемешку рассыпать шишки, жёлуди, орехи.  *Принёс из леса муравей мешок подарков для детей.*  *Эй, ребята, не зевайте, подарки леса собирайте!*  При переноске брать в руки только по одному плоду. В конце игры проверить содержимое ведёрок – не перепутали ли? | | Игра малой подвижности «Солнце, дождик, ветер».  Дети образуют круг, стоя друг за другом, ***И.*** – в центре.  По команде «Солнце!» дети идут на носках, поднимая руки вверх.  По команде «Дождик!» - останавливаются. Складывают руки «домиком» над головой (руки согнуть в локтях, пальцы рук касаются друг друга).  По команде «Ветер!» - бег по кругу в медленном темпе.  На начальном этапе команды идут одна за другой, потом – вразнобой. |
| **ОКТЯБРЬ** | | | | | | | |
| № | Орг.момент, подготовка, пособия | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть | |
| ОРУ | ОВД | П.и. |
| 1.1 | **Инвентарь:** по 2 кубика на каждого ребёнка заранее выложить по кругу; 4 шнура, выложенных 2 дорожками с шириной в 25 см, расстоянием между ними в 2-3 м (одна впереди другой), в конце каждой поставить стул с игрушкой (идти прямо, голову не опускать, смотреть на мишку) | * Ввести колонной, построить шеренгой, обратить внимание на ровный круг. Полкруга идут за ***И.***, затем полный круг бегут. * Остановились, повернулись и то же в др. сторону. * Построение вокруг кубиков. | Ору с кубиками.  1.И.п.: ноги на ширине ступни, кубики в обеих руках внизу. Вынести кубики вперёд, стукнуть ими друг о друга, опустить (5 р)  2.И.п.: ноги на ширине ступни, кубики за спиной. Присесть, положить кубики на пол, встать, выпрям., вернуться в и.п. (4 р)  3.И.п.: сидя, ноги скрестно, кубики в двух руках на коленях. То же в др. сторону. повернуться вправо, взять кубик. То же в др. сторону (по 3 р)  4.И.п.: ноги слегка расставлены, кубики на полу. Прыжки вокруг кубиков в чередовании с ходьбой на месте (2 р)  Убираем кубики и садимся на место. | * упражнения в равновесии   – ходьба между двумя линиями до ориентира поточным способом  - бег по второй дорожке  - повторить   * прыжки – подпрыгивания на двух ногах на месте в шеренгу построены под ритмичный бубен (или под муз. сопровождение) как зайки. | «Наседка и цыплятки». Повтор 3-4 раза Дети изображают цыплят, а ***И***. – наседку. На 1 стороне огорожено место – дом, где цыплята с наседкой (натягивается веревка между стойками на высоте 50 см. от пола). Сбоку, в стороне, помещается «большая птица». Наседка подлезает под веревку и отправляется на поиски корма. Она зовет цыплят – «ко-ко-ко». По сигналу все цыплята подлезают под веревку, бегут к наседке и вместе с ней гуляют пол площадке. ***И***. говорит – «большая птица», все цыплята бегут домой. | Игра малой подвижности «Найти цыплёнка». | |
| 1.2 | «Игрушки»  **Инвентарь:** мячи резиновые в соответствии с количеством детей в группе; для п. игры надувной мяч диаметром 50 см. обозначить 2 линии длиной 4-5 м, расстояние между ними 4-5 м; резиновый мяч диаметра 20 см. | *Очень любят все ребята*  *в мячики играть,*  *С разноцветными мячами*  *упражненья выполнять!*  *Мячики разные – зелёные и красные, крепкие, новые, звонкие, весёлые.* | 1.«Выше мяч»  И.п.: ноги сл. расставить, мяч опущен. Мяч вверх, посмотреть, опустить, сказать «вниз».4-5 раз  2.«Вот он»  И.п.: ноги врозь, мяч перед грудью. Наклон вперёд, мяч вперёд, сказать: «Вот он!». Колени постараться не сгибать. Вернуться в и.п. 4-5 раз  3.«Весёлый мяч»  И.п.: ноги слегка расставить, мяч перед ногами, руки за спину. Присесть, катать мяч от руки к руке, остановить и быстро выпрямиться. 4-5 раз  4.«Подпрыгивание»  И.п.: ноги слегка расставить, мяч на земле, около ног, руки на пояс. Подпрыгивание вокруг мяча – круг и 8-10 шагов со взмахом рук. 3 раза  5.«К себе и вниз»  И.п.: то же. Мяч к себе, вдох носом. Мяч опустить, на выдохе произнести «вни-и-и-из».3-4 раза | Игра мал. подв. «Петрушка».  Дети образуют круг, ***И***. становится в центре и говорит: «*Я - Петрушка, пришёл с вами поиграть!».* Дети берутся за руки и идут в одну сторону, а ***И.*** внутри круга противоходом идёт и произносит слова:  Я – весёлая игрушка, а зовут меня Петрушка!  У меня яркий колпачок и нарядный сюртучок.  Делайте вы все движенья вслед за мной, без промедленья.  Эй, ребята, не зевайте! Упражнение повторяйте!  Дети останавливаются, поворачиваются в центр, опускают руки вниз. ***И.*** выполняет произвольные движения (наклоны, прыжки, приседания, «пружинку» и т.п.), дети повторяют. | «Догони мяч».  Цель: воспитывать умение действовать по сигналу педагога, бегать в прямом направлении.  Дети встают за первую линию. Педагог с мячом в руках встаёт посередине шеренги и катит мяч в направлении второй линии, дети мяч догоняют, дотрагиваются рукой и строятся в шеренгу. Потом в обратном направлении. Игра продолжается. | «Передача шаров»  Дети сидят на стульях кружком. ***И.*** даёт двум рядом сидящим детям по шарику и предлагает передавать их 1 вправо, другой влево. Когда шары встретятся, дети ударяют их друг о друга со словами «стукнулись», затем встают и бегут по кругу в противоп. стороны, остальные играющие: «Побежали, побежали…». Прибежав к своим стульям, дети говорят: «Встретились», - и отдают шары ***И.*** Он передаёт их другим детям, и игра повторяется. | |
| 2.1 | **Инвентарь:** мячи по количеству детей, шнур. | Ходьба и бег в колонне по одному, с остановкой на сигнал *И.* Построение в шеренгу. Гуси и воробышки – дети, идут друг за другом, на команду «гуси» остановка и «га-га-га», на команду «воробышки»: «чик-чирик». В ходьбе и беге. Построение в круг с помощью воспитателя. | 1. И.п.: ноги на ширине ступни, руки опущены вдоль туловища. Махи обеими руками вперёд-назад 4 раза, и.п. 3 раза. 2. И.п.: то же, руки на поясе. Присесть, обхват руками колени, встать, и.п. 5 раз. 3. сидя, ноги врозь, руки за спиной. Наклониться вперёд, выпрямиться, и.п. 4 раза 4. И.п.: лёжа на спине, руки вдоль туловища. Попеременное сгибание – разгибание ног – жуки барахтаются. 4 раза. | 1. прыжки – перепрыгивание через шнур, положенный на пол. Дети строятся в 2 шеренги др. напротив др. Шнуры лежат перед каждой шеренгой. Перепрыгивание фронтально, поворот и повтор. всего 4-5 раз. 2. Катание мячей в прямом направлении. Мячи разложены на стульях. Катят по сигналу (не приседая, а наклонившись) «Покатили», оттолкнув двумя руками. Потом обратно. | *Две веселые овечки*  *Две веселые овечки*  *Разрезвились возле речки.*  *Прыг-скок, прыг-скок!*  (1. Весело прыгаем)  *Скачут белые овечки*  *Рано утром возле речки.*  *Прыг-скок, прыг-скок!*  *Вверх до неба, вниз до травки.*  Вверх до неба, вниз до травки.  (2. Встаем на ножки, тянемся вверх 3. *Приседаем, руки опускаем вниз)*  *А потом кружились*  (4. Кружимся)  *И в речку свалились* (5.Падаем). | Игра малой подвижности «Угадай, кто кричит». Дети сидят полукругом на стульях, перед ними на расстоянии нескольких шагов ставится ширма. ***И***. называет кого-нибудь по имени, и тот идет за ширму, договориться, какое животное или птицу ребенок будет изображать. За ширмой раздается мычание коровы, лай собаки и т.д. ***И***. предлагает одному из детей отгадать, кто кричит. | |
| 2.2 | Части тела. | *Мы стараемся, мы стараемся, физкультурой занимаемся.*  *Пусть будут ручки крепкими, пусть будут ножки сильными!*  *Мы будем все здоровыми, весёлыми, спортивными*! | ОРУ «Мы стараемся».  1.«Крепкие руки»  И.п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Руки через стороны вперёд. Хлопнуть и сказать «Хлоп!». Руки на пояс. 4-5 раз  2.«Играют пальчики»  И.п.: ноги слегка расставить, руки в стороны. Руки вперёд, пошевелить пальцами, руки в стороны. Через 4-6 сек. руки опустить. Дыхание произвольное. 4-5 раз  3.«Крепкие колени»  И.п.: ноги врозь, руки за спину. Наклон вперёд, ладони на колени, сказать «крепкие», смотреть вперёд, руки за спину. 4-5 раз  4.«Короткие и длинные ноги»  И.п.: ноги слегка расставить, руки опущены; присесть – «короткие ноги», встать – «длинные ноги». Дети проговаривают слова «длинные, короткие». 4-5 раз  5.«Дружно ножками шагаем» И.п.: ноги слегка расставить, руки полочкой (одна рука на другой перед грудью). Выполнить 2-4 шага на месте, развести руки в стороны, вдох носом, выполнить 2-4 шага на месте. Вернуться в и.п., выдох ртом, губы трубочкой. 3-4 раза | Игра мал. подв. «Машенька».  Дети образуют круг вместе с ***И.***, берутся за руки и двигаются в одном направлении.  *Вот она, Машенька наша, девочка-клубничка.*  *Румяное личико, щёчки что яблочки,*  *Губки что ягодки, носик - курносик пуговкой,*  *Глазки серенькие, зубки беленькие.*  *Баю-баю-баюшок! Ложись, Маша, на бочок,*  *На пуховую кровать. Будет Маша крепко спать.*  После этих слов дети останавливаются, присаживаются на корточки, ладошки под щёчку. | «По ровненькой дорожке».  По краю площадке линия длинной 3,5-4 м. Дети за ней строятся в колонну по одному, ***И.*** идёт впереди и произносит слова  *По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке*  *Шагают наши ножки: раз, два, раз, два –*  *Шагают наши ножки по камешкам, по кочкам,*  *По камешкам, по кочкам….*  *В ямку – БУХ!*  Далее ***И.*** предлагает детям вылезти из ямки (встать с корточек). Игра продолжается. | Подв. игра с речевым сопровождением «Мы топаем ногами»  Играющие становятся в круг.  *Мы топаем ногами* (Топ.ногами, руки на поясе). *Мы хлопаем руками* (Хлоп. в ладоши).  *Киваем головой* (Выполняют «пруж.», руки на пояс, кивают головой)  *Мы руки поднимаем* (Через стороны подн.руки вверх, встают на носки)  *Мы руки опускаем* (Через стороны руки вниз,опуст.на всю стопу)  *Мы руки подаём* (Наклон вперёд, руки вперёд – в стороны, ладони вниз).  *И бегаем кругом, и бегаем кругом.* (Бегают по кругу в медленном темпе) | |
| 3.1 | **Инвентарь:** гимнастическая скамейка; 7 больших кубиков, «туннель». | ***Развлечение***  ***«В гости к зайке»***  **Инвентарь:** мягкие игрушки: заяц, медведь, лошадь; погремушки по количеству детей | | | | | |
| 3.2 | «Дружная семья».  **Инвентарь:** кукла, одетая для прогулки (шапка, куртка, брюки, ботинки). |  | 1.И.п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Хлопок перед лицом 8р. Отвести руки за спину. Папа, мама, брат и я вместе – дружная семья!3 раза  2.И.п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперёд, ладони на колени, смотреть вперёд. Вернуться в и.п. Все вместе наклоняемся. Физкультурой занимаемся 5 раз  3.И.п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Присесть, руки вниз. Вернуться в и.п.  Папа большой, а я - маленький. Пусть я маленький, зато - удаленький. 4-5 раз  4.И.п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Выполнить 6-8 подпрыгиваний; ходьба 5-6 сек. Прыгаем мы дружно, Это очень нужно! Кто же прыгнет выше – Мама или Миша? 2 раза  5.Ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, вдох носом. Вернуться в и.п., выдох ртом, губы трубочкой. Носом воздух мы вдыхаем, Ртом мы воздух выдыхаем. Не страшна простуда нам, Нам не нужно к докторам!3р | Игровое упражнение «За мамой».  Дети встают стайкой за ***И.***, который держит в руках куклу и говорит: «Я иду с дочкой на прогулку, пойдёмте со мной». ***И.*** идёт по площадке в обход, дети за ним. Через 10-15 сек. ***И.*** говорит: «Дочка устала, пора отдыхать». Дети присаживаются на корточки, складывают руки под щёчку – одна на другую. Через 10-15 сек. игра повторяется. | «Бегите к маме». Цель: развивать умение действовать по сигналу ***И.***, бегать в прямом направлении одновременно всей группой.  На площадке обозначить 2 линии длиной 4-5 метров напротив друг друга, на расстоянии 3-4 метра. Дети за одной линией, ***И.*** – за другой, широко раскрыв руки, командует: «Бегите ко мне!». Затем ***И.*** переходит на др. сторону и снова командует: «Бегите ко мне!». | Подв. игра с речевым сопровождением «Кто живёт у нас в квартире?»  Перед началом игры дети образуют круг. ***И.*** - в центре круга.  *Кто живёт у нас в квартире?*  *Раз, два, три, четыре.* (Шагают на месте).  *Будем мы сейчас считать –*  *Раз, два, три, четыре, пять!* (Хлопают в ладоши).  *Мама, папа, брат, сестра – Сосчитаю всех едва.* (Выполнение «пружинки», руки на пояс).  *Самый главный – это я!* (Прикладывание рук к груди).  *Вот и вся моя семья!* (Поднимают руки вверх, затем медленно опускают вниз). | |
| 4.1 | **Инвентарь:** Гимнастические скамейки 2; 2 каната; шапочки (или медальоны) птичек; | ***Развлечение***  ***«Весёлый зоопарк»***  ***проведение вместе с родителями***  ***Инвентарь:*** игрушки: заяц, жираф, пингвин, слон, обезьянка, бегемот, медведь. | | | | | |
| 4.2 | МОНИТОРИНГ | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **НОЯБРЬ** | | | | | | |
| № | Орг.момент, подготовка, пособия | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
| ОРУ | ОВД | П.и. |
| 1.1 | **Инвентарь:** 2 ленты на каждого ребёнка, 2 шнура, 2 стойки. Маленькие мячи на подгруппу. | Ходьба и бег в колонне по одному. Построение в шеренгу. Пройдя половину круга – сигнал – бег полный круг. 2 раза, берут разложенные по стульям ленты и строятся в круг. | 1. И.п.: ноги на ширине ступни, ленты в опущенных руках. Поднять вверх, помахать, опустить. Повтор 4-5 раз. 2. И.п.: то же, ленты в обеих руках у плеч. Присесть, постучать кулачками с лентами о пол, встать, и.п. 5 раз. 3. И.п.: стоя на коленях, ленты в обеих руках внизу. Поднять вверх, покачать влево - вправо, опустить, и.п. 5 раз. 4. И.п.: ноги слегка расставлены, ленты в опущенных руках. Прыжки на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой. 2 раза. *И.* забирает ленты в коробку. | 1. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина дорожки 20 см) – 2 дорожки др.от др. на расстоянии 3-4 м. Дети поточно в колонне по одной идут, по другой дорожке бегут по сигналу 2 раза. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд на расстояние 1,5-2 м. Дети выстраиваются в шеренгу, *И.* кладёт шнуры в 1 линию 1,5 м от детей, дети допрыгивают, перешагивают. | «Принеси мяч».  Дети сидят на стульях вдоль стены. На расстоянии 3-4 шагов от сидящих проводится черта, за которой по назначению ***И***. становятся 5-6 детей спиной к сидящим. Рядом с ними стоит ***И***. В руках у него ящичек с небольшими мячами, по количеству стоящих детей. «Раз, два, три – беги!» - говорит ***И***. и выбрасывает вперед все мячи из ящика. Стоящие дети бегут за мячами, каждый догоняет какой-нибудь из мячей, бежит с ним к ***И***. и кладет его в ящичек. Затем дети садятся на свои места и становится др. группа. | Ходьба в колонне. |
| 1.2 | Домашние животные.  **Инвентарь:** фигурка лошадки высотой 10—15 см (резиновая или пластмассовая); маска собаки. | *Коровки и лошадки, Свинки и козлятки живут в деревне нашей у бабушки Даши.*  *Ржут лошадки — «И-го-го!», лошадок слышно далеко!*  *Свинки — «Хрю!» Коровки — «My!» Что им надо — не пойму!*  *Просто буду их любить — травой кормить, водой поить.* | ОРУ «Коровки и лошадки, свинки и козлятки».  1. «У коровки рожки острые» И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Руки через стороны к голове, показать «рожки». Вернуться в и. п. 5 раз  2. Ржет лошадка: «И-го-го!» И. п.: ноги врозь, руки вниз. Наклон вперед, руки за спину, голову приподнять, произнести «и-го-го!». 5 раз  3. «Маленькие свинки» И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Присесть, ладони на колени; сказать «хрю-хрю!». Вернуться в и. п. 5 раз  4. «Шаловливые козлятки» И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз, 8—10 подпрыгиваний, чередуя с ходьбой. Дыхание произвольное. 3 раза  5. «Подышим свежим воздухом»  И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «а-а-ах». 3-4 раза | Игра мал. подвижности «Найди лошадку».  ***И.*** заранее прячет фигурку лошадки на игровой площадке. ***И.*** встает посередине игровой площадки, вокруг него врассыпную встают дети. ***И.*** говорит:  *Раз лошадка — И-го-го! — Убежала далеко. Ну-ка, детки, помогите! Вы лошадку отыщите.*  Дети идут искать лошадку. ***И.*** помогает детям, указывая ориентиры (дерево, песочница, забор и т. д.). Тот ребенок, который найдет игрушку, приносит ее ***И.***. Игра повторяется. | «Лохматый пёс». Ребёнок изображает собаку, он сидит на стуле в одном конце площадки, делает вид, что спит. Остальные дети находятся в другом конце помещения за чертой – это дом. Они тихо подходят к собаке, и ***И***. говорит:  *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.*  Собака просыпается, встаёт и начинает лаять. Дети убегают в дом, встают за черту. Затем роль собаки поручают другому ребёнку. Игра повторяется. | Подв. игра с речевым сопров. «Ловишки».  Дети образуют круг, встают на некотором расстоянии друг от друга, поворачиваются лицом в центр круга, где находится ***И.***, читает текст, показывает движения, вслед за ним повторяют дети.  *Серые козлята, малые ребята прыгают, играют и перебегают*  *То лужок, то лесок.* (Прыгают на месте на двух ногах, руки вниз*). В лесу хворост собирают, Скок да скок, скок да скок*. (Выполняют наклоны вправо - влево, руки на пояс). *Здесь полянка мягче шелка. Оглянись, оглянись,*  *Берегись лихого волка, берегись, берегись,* (Выполняют повороты вправо - влево, руки на пояс). *Берегись лихого волка, берегись, берегись*. (Выполняют «пружинку», руки на пояс). *Сладко спят козлятки – лес шумит, лес поет.* (Приседают, руки на колени). *Убегают без оглядки — волк идет, волк идет.* (Хлопают в ладоши. По окончании текста убегают от волка). |
| 2.1 | **Инвентарь:** мячи и плоские обручи (диаметр 30 см) по количеству детей в группе, флажки для светофора. | Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий: бабочки, зайки (на месте); бег врассыпную, с чередованием 2 раза.  Построение в виде буквы «П». | ОРУ с обручами.   1. ноги на ширине ступни, обруч в обеих руках на плечах (как воротничок). Поднять обруч вверх, руки прямые, посмотреть в него, опустить, и. п. 5 раз 2. И. п.: стоя в обруче, ноги слегка расставлены, руки за спиной. Присесть, взять обруч обеими руками (хват с боков), поднять до пояса; присесть, положить обруч на пол, встать, руки убрать за спину. 4-5 раз. 3. И. п.: сидя, ноги врозь, обруч в обеих руках у груди. наклониться, коснуться пола ободом обруча, выпрямиться, и. п. 5 раз 4. И. п.: стоя в обруче, руки на поясе. Перешагнуть через обруч и пройти вокруг него 2 раза.   Обручи остаются на полу. | 1. Прыжки из обруча в обруч. Фронтально сначала в обруч, потом из него. Каждый только в свой! 6-8 раз. дети убирают обручи, садятся на стулья. 2. Прокатывание мячей в прямом направлении. Дети катят мячи, бегут за ними. | «Трамвай». Дети стоят в колонне парами, держась за руки. Свободными руками они держатся за шнур (концы его связаны), т. е. одни держатся за шнур правой рукой, другие - левой. Это трамвай. ***И***. стоит в одном из углов комнаты с тремя флажками: ж., кр., зелёным. Он объясняет, правила. ***И***. поднимает зелёный флажок – трамвай едет. Дети бегут вокруг площадки. Добежав до ***И***. – светофора, дети смотрят, не сменился ли цвет. Если цвет по-прежнему зелёный, то движение трамвая продолжается, если поднят красный или жёлтый флажок, малыши останавливаются и ждут, когда появится зелёный, чтобы снова можно было двигаться. | Ходьба в колонне по одному. |
| 2.2 | Дикие животные.  **Инвентарь:** маска медведя. | *Зайчики и белочки, мальчики и девочки,*  *Стройтесь дружно по порядку, начинаем мы зарядку!*  *Носик вверх — это раз, хвостик вниз — это два,*  *Лапки шире — три, четыре. Прыгнем выше — это пять. Все умеем выполнять!* | ОРУ «Зайчики и белочки». 1.«Одна лапка, другая» И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Одну руку вперед, повернуть ладонь вверх. Вернуться в и. п. То же другой рукой. По 3 раза  2.«Крепкие лапки» И.п.: ноги врозь, руки на пояс. Накл. вперед; ладони на колени, сказать «крепкие», см. вперед; руки на пояс. Верн. в и.п. 5 раз  3.«Веселые белочки» И. п.: ноги врозь, руки полочкой перед грудью. Выполнить по 2 наклона вправо и влево. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. По 3 р.  4.«Шаловливые зайчики» И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. 8—10 подпрыгиваний и 8-10 шагов. Прыгать легко, мягко. Дыхание произвольное. 2-3 раза  5. «Мы — молодцы!» И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п. На выдохе произнести «мо-лод-цы». 3-4 раза | Подв. игра с речевым сопровожд. «Заинька, попляши!».  Дети образуют круг, встают на некотором расстоянии друг от друга, поворачиваются лицом к ***И.***, который находится в центре круга. ***И.*** медленно читает текст песенки, показывает движения, которые дети повторяют вслед за ним. Заинька, выйди в сад, Беленький, выйди в сад.(Повороты влево - вправо, руки на пояс). Вот так, вот так выйди в сад. (2 раза) (Хлопают в ладоши).  Заинька, топни ножкой,  Беленький, топни ножкой. (Топают одной (правой или левой) ногой, руки на пояс).  Вот так, вот так топни ножкой. (2 раза) (Хлопают в ладоши). Заинька, покружись, беленький, покружись (Кружатся на месте, руки в стороны – вниз). Вот так, вот так покружись. (2 раза) (Хлопают в ладоши).  Заинька, попляши, беленький, попляши. (Выставляют попер. вперед правую и левую ногу, руки на пояс). Вот так, вот так попляши! Твои ножки хороши! (Выполняют «пружинку», хлопают в ладоши). | «У медведя во бору». На одной стороне зала обозначается берлога медведя (выбирает ***И***.), на другой – дом, в котором живут дети. Когда ***И***. скажет: «Идите, дети, гулять», - дети выходят из дома в лес, собирают грибы, ягоды, ловят бабочек, произнося хором:  *У медведя во бору грибы – ягоды беру,*  *А медведь не спит, он на нас рычит.*  После этого медведь ловит детей, убегающих домой. За линией дома ловить нельзя. После того, как медведь поймает несколько детей, на эту роль назначается другой ребёнок. Игра повторяется 3-4 раза. | Игра мал. подвижности «Маленькие зайки».  Дети образуют круг, берутся за руки, ***И.*** встает в круг вместе с детьми. Под чтение ***И.*** стихотворения дети хороводом идут по кругу: *Как-то маленькие зайки днем гуляли по лужайке. Вдруг мелькнула чья-то тень, зайки спрятались за пень. Дети идут хороводом в другую сторону: Может, это — серый волк? Он зубами щелк да щелк! Вдруг сидит он за кустом, серый волк с большим хвостом? Зайки волка испугались, прыг — из леса ускакали.*  После последней фразы дети ставят руки на пояс, прыгают на двух ногах к центру круга, останавливаются там, приседают на корточки, показывают ушки (ставят ладони перпендикулярно макушке), шевелят ими вперед-назад. |
| 3.1 | **Инвентарь:** кубики по 2 шт. на кажд.; массажные коврики; следовые дорожки; скамьи; верёвки; дуги. | ***Развлечение «Кот Мурлыка весельчак пригласил к себе ребят»***  **Инвентарь:** мягкая игрушка – кот; платок | | | | |
| 3.2 | Игрушки.  **Инвентарь:** по 2 погремушки на каждого ребёнка; кукла – неваляшка.  **Инвентарь на подв. игру:** ленточки разных цветов по одной на ребёнка; игрушка – матрёшка.  **Инвентарь для игры мал. подв.:** одна погремушка на ручке, высота 10-15 см. | *Есть весёлые игрушки, бом – бом – бом, бом – бом – бом!*  *Им названье – погремушки, бом – бом – бом, бом – бом – бом!*  *Любят дети в них играть, с ними прыгать и скакать!* | ОРУ «Весёлые погремушки».  1.«Поиграй перед собой»  И.п.: ноги слегка расставить, погремушки за спину. Погремушки вперёд, погреметь и спокойно опустить за спину. Дыхание произвольное . 5 раз  2.«Покажи и поиграй»  И.п.: ноги врозь, погремушки у плеч. Поворот вправо, показать. Поиграть, сказать: «Вот!». Вернуться в и.п. То же в др. сторону. По 3 раза  3.«Погремушки к коленям»  И.п.: ноги врозь, погремушки в стороны. Наклон вперёд, погремушки к коленям – выдох. Вернуться в и.п. Колени постараться не сгибать. 4-5 раз  4.«Прыг – скок»  И.п.: ноги слегка расставить, погремушки опущены; 6-8 подпрыгиваний; 6-8 шагов со взмахом погремушками. 2-3 раза  5.«Погремушкам спать пора»  И.п.: ноги врозь, погремушки вниз. Погремушки в стороны, вдох носом. Вернуться в и.п., выдох ртом, губы трубочкой. При последнем повторении – присесть на корточки, погремушки под щёчку. 3-4 раза | Подв. игра с реч. сопровожд. «Кукла-неваляшка». Дети образуют круг, ***И.*** - в центре.  *Кукла-неваляшка встала, не* *лежит.*  *Сильно раскачалась, весело звенит.* (Выполняют «пруж.», руки на поясе).  *Дили-дили-дили-дон,* *раздаётся всюду звон* (Хлопают в ладоши).  *Кач-кач-кач, кач-кач-кач, Слышен Лены громкий плач.* (Наклоны влево - вправо, руки на пояс).  *Неваляшка всё не спит,*  *Не ложится, не сидит* (Изображение покачивания куклы на руках). *Бом-бом-бом, бом-бом-бом,*  *Закрутилась вдруг волчком* (Хлопают в ладоши). *Лена плакать перестала и сама качаться стала.* (Шагают на месте) | «Матрёшки и карусели».  Дети строятся в круг, ***И.***: В гости пришла матрёшка красивая и нарядная. Она ходила кататься на кач-лях-кар-ях и принесла карусели к нам, чтобы вы тоже покатались, берите по ленточке. Тихо-тихо, еле-еле  завертелись карусели (Идут по кругу друг за другом, внизу встряхивая ленточками). А потом, а потом, всё бегом, всё бегом (Бегут по кругу др. за др., взмахивая лент. в вытянутой вверх руке). Тише, дети, тише, тише, за матрёшкой не спешите. (Идут по кругу др. за др., ленточки опущены вниз).  Карусель остановите | Игра мал. подвижн. «Найди погремушку».  «Найди погремушку». Дети стоят в кругу, взявшись за руки, ***И.*** вместе с ними. Погремушка заранее спрятана на площадке. Найденную погремушку дети несут ***И.***. Все вместе идут по кругу, и ***И.*** произносит текст:  С вами мы гулять пойдём, погремушку мы найдём.  Раз, два, три, четыре, пять – будем все её искать.  Ходим тихонько, ищем внимательно.  Погремушку мы найдём обязательно!  Идите, дети, искать погремушку! |
| 4.1 | **Инвентарь:** 10 кеглей; 4 обруча; 1 снежинка на палочке. По 2 снежинки на каждого ребёнка | ***Досуг «Праздник снежинок»*** | | | | |
| 4.2 | Одежда.  **Инвентарь:** 1 зонт, 1 нарисованное солнышко.  **Инвентарь:** кукла (высотой 15-20 см), одетая в соответствии с сезоном: шапка, шарф, куртка, брюки, ботинки. | *Мы собираемся гулять, пора одежду надевать.*  *Надели шапку, шарф, пальто, не опоздал из нас никто!*  *Все одеты, все готовы, идём мы на прогулку снова!* | ОРУ «Мы собираемся гулять».  1.«Идём мы на прогулку снова»  И.п.: ноги на ширине ступни, руки опущены вдоль туловища. Махи обеими руками вперёд – назад 4 раза подряд. Вернуться в и.п. 3 - 4 раза  2.«Красивые варежки»  И.п.: ноги врозь, руки на пояс. Руки в стороны, посмотреть на одну, на другую руку. Вернуться в и.п. Сказать «красивые!».4-5 р  3.«Варежки спрятались»  И.п.: ноги слегка расставить, руки за спиной. Присесть, обхватить руками колени, встать, убрать руки за спину. Вернуться в и.п. 4-5 раз  4.«1,2,3,4.5 очень любим мы гулять!»  И.п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. 8-10 подпрыгиваний с хлопками. Чередовать с ходьбой. 2-3 раза  5.«Дышим глубоко»  И.п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, подняться на носки, вдох носом. Вернуться в и.п. выдох ртом, губы трубочкой. 3 р | Подв. игра с речевым сопровождением «Мы собираемся гулять».  Дети образуют круг, ***И.*** становится в центре.  *Хоть и ветер за окном,*  *всё равно гулять пойдём! Мы собираемся гулять – одежду надо надевать.* (Хлопают в ладоши).  *Раз, два, три - куртку застегни.* (Выполняют «пружинку», руки на пояс). *Четыре, пять, шесть - шарфы у всех есть?* (Наклоны влево – вправо, руки на пояс). *Семь, восемь, девять – вот мы и оделись.* (Шагают на месте). *Ветерок стал тише – листья чуть колышет* (Кружатся на месте, руки вниз*). В небе солнышко сияет, нас на прогулку приглашает* (Подняться на носки, руки вверх, опуститься на всю стопу, руки опустить вниз). | «Солнышко и дождик». Дети сидят на стульчиках. ***И***. говорит: «Солнышко! Идите гулять!». Дети ходят и бегают по всей площадке. После слов: « Дождик! Скорее домой!» - дети бегут на свои места. Игра повторяется. | Игра мал. подвижн. «Где спряталась кукла?»  ***И.*** перед началом занятия прячет куклу. Дети стоят врассыпную около ***И.***, который произносит:  *Кукла Маша убежала, ни словечка не сказала. Где она теперь – не знаю, сама никак не угадаю. Дети, вы мне помогите, куклу Машу вы найдите!*  Ребёнок, нашедший куклу, приносит её к ***И.***, а он обращает внимание на одежду, опрятность куклы. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ДЕКАБРЬ** | | | | | | |
| № | Орг.момент, подготовка, пособия | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
| ОРУ | ОВД | П.и. |
| 1.1 | **Инвентарь:** доска (ширина 15 см), 6 плоских обручей (диаметр 30 см), 2 стойки, шнур | Ходьба и бег врассыпную. Дети идут др. за др. после команды «погуляйте, кто где хочет»; затем также к бегу команда. Повтор 2 раза. Остановка в разных местах зала. | 1. И. п.: ноги на ширине ступни, руки опущены вниз. Поднять руки в стороны, опустить, и. п. 6 раз 2. И. п.: то же, руки на поясе. присесть, руками коснуться пола, встать, и. п. 4 раза 3. И. п.: стоя на коленях, руки на поясе. Наклон вправо (влево), 2-3 покачивания, остановка. Повтор 3-4 раза. 4. И. п.: сидя, ноги прямые, руки в упоре сзади. Согнуть ноги в коленях, подтян. к животу. 5 5. И. п.: ноги вместе, руки на поясе. Прыжки на двух ногах в чередовании с ходьбой 2 раза. | 1. Ходьба по доске (ширина 15 см). С одной стороны зала – доска, с другой – обручи плоские вплотную др. за др. Дети идут др. за др. «по мостику», *И.* стоит впереди и держит игрушку в руках, дети на неё смотрят (!) 2-3 раза. 2. Прыжки на 2-х ногах из обруча в обруч. Дети поточно прыгают др. за др. «из ямки в ямку» 1 раз.   Дети убирают за собой пособия. | «Пойдём гулять!»  Дети сидят на стульях, расставленных по сторонам площадки. ***И***. подходит к кому-нибудь из детей и зовёт его с собой гулять. Названный ребёнок становится за ***И***., следующий – за первым и т.д. ***И***. собирает 6-8 человек и обходит с ними площадку. По сигналу: «Домой, домой!» - дети бегут на свои места. ***И***. подходит к другим детям и игра продолжается. | Ходьба в колонне по одному. |
| 1.2 | Зимушка-зима  **Инвентарь:** 2 черты длиной 5-6 м, расстояние между ними 4-4,5 м. У Мороза круг – дом, на расстоянии 1,5-2 м от черты. |  | ОРУ «Зима пришла».  1.«Дышим морозным воздухом» И.п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, подняться на носки, вдох через нос, выдох через рот. Вернуться в и.п. 4-5 раз  2.«Погреем плечи»  И.п.: ноги слегка расставить, руки в стороны. Обхват кистями рук противопол. плечи, сказать «ух!». Верн. в и.п. 5-6 раз  3. «Дровокол» И.п.: ноги врозь, руки вверх, пальцы рук сложить в «замок». Наклон вперёд, пронести руки м-у ног, сказать «ух». Верн. в и.п. 5-6 раз  4.«Погреем ноги» И.п.: ноги слегка расставить, руки вниз. Поднять пр. (левое) колено, хлопнуть по нему, сказать «хлоп». Верн. в и.п. 6 раз  4.«Спрячемся за сугробы»  И.п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Присесть, руки на колени. Вернуться в и.п. 4-6 раз  5.«Прыгаем, стараемся, мороза не пугаемся»  И.п.: ноги слегка расставить, руки внизу. 8-10 подпрыгиваний, продвигаясь вперёд. Чередовать с ходьбой. 2-3 раза | Подв. игра с речевым сопровождением «Здравствуй, Зимушка - Зима!». Дети образуют круг лицом в центр, ***И.*** становится в центре. Ждали зиму мы давно, Всё смотрели мы в окно («пруж.», руки на поясе).  *Наконец она пришла.*  *Здравствуй, Зимушка – Зима!* (хлопают в ладоши). *Всюду снег на ветках пышных, ветерка почти не слышно* (поднимают руки вверх поочерёдно и плавно, медленно опускают вниз). *Словно лёгкие пушинки, в танце кружатся снежинки* (кружатся на месте, руки в стороны, вниз). *Речка быстрая молчит.* *Птичья песня не звучит* (приседают, обхват руками плечи). *Эй, ребята, выходите, И на саночки садитесь* (шагают на месте). *Мы на саночки садились и под горочку скатились* (легко, на носочках, бегут по кругу др. за др.). *Дружно мы на лыжи встали, др. за др. зашагали* (идут широким шагом, взмахивая попеременно руками вперёд – вверх, отводя назад – вниз).  *Вместе все бегом – бегом мы скатали снежный ком* (останавливаются, выполняют наклон вперёд, машут руками вперёд – вниз, ладони кверху*). В детский сад потом пошли* (шагают на месте*), суп поели, спать легли* (присаживаются на корточки, руки складывают ладонь к ладони под щёчку). | «Мороз».  ***И.*** с детьми:  *Ох, Мороз, Мороз, Мороз, мёрзнут руки, мёрзнет нос. Нас, Мороз, не обижай, не пугай, не угрожай! Хватит по лесу трещать, тебе, Мороз, нас не догнать!*  Дети убегают за вторую черту, а Мороз старается их догнать.  Кого Мороз коснётся – считается «замороженным» и замирает на месте. | Игра мал. подв.«Весёлые снежинки».  Дети врассыпную на площадке.  Метель – вьюга у ворот кружит снежинок хоровод.  Дети кружатся на месте медленно. После слов «метель утихла», останавливаются. |
| 2.1 | **Инвентарь:** кольца от кольцеброса по количеству детей, 2-3 скамейки, мячи по количеству детей в подгруппе, мат для спрыгивания | Построение в шеренгу. Ходьба полкруга, не задевая разложенные заранее кольца, бег полный круг. Повтор в другую сторону. | 1. И.п.: ноги на ширине ступни, кольцо в пр.руке опущено. Вынести руки вперёд, переложить кольцо в левую руку, руки опустить. 5 р. 2. И.п.: ноги слегка расставлены, кольцо в обеих руках у груди. Присесть, положить кольцо на пол, выпрямиться, встать, руки убрать за спину. Присесть, взять кольцо, вернуться в и.п. 5 р. 3. И.п.: стоя на коленях, сидя на пятках, кольцо в обеих руках внизу. Встать на колени, поднять кольцо обеими прямыми руками над головой, сесть на пятки, руки опустить. 5 р. 4. И.п.: ноги вместе, руки на поясе, кольцо на полу. Прыжки на двух ногах вокруг кольца в чередовании с ходьбой на месте. 2 р.   Дети вешают кольца на стойку и садятся на стулья. | 1. Спрыгивание со скамейки высотой 10 см на дорожку, слегка согнув колени, на носочки, как зайки. Подгруппами по 3 раза. 2. Катание мячей в прямом направлении. После спрыгивания, дети первой подгруппы подходят к мячам, по сигналу «Покатили» прокатывают прямо, энергично отталкивая руками, бегут за мячами и кладут на место. Затем вторая подгруппа. Вариант – фронтально. | «Поезд»  Дети строятся в колонну по одному (не держась друг за друга). Первый – паровоз, остальные – вагоны. ***И***. даёт гудок, и поезд начинает двигаться вперёд. Сначала медленно, потом быстрее, и, наконец, дети переходят на бег. «Поезд подъезжает к станции» - говорит ***И***. Дети замедляют постепенно шаг, и поезд останавливается. Дети выходят погулять: разбегаются по поляне, собирают ягоды, грибы, шишки. Услышав гудок, снова собираются в колонну, и движение поезда возобновляется. Повтор 4-5 раз. | Игра малой подвижности. |
| 2.2 | дикие птицы | *К детям гуленьки прилетели, детям гуленьки песню спели:*  *— Детки малые, не шалите, детки малые, подходите.*  *Вокруг нас в кружок вставайте, в кругу место занимайте.*  *Будем вокруг вас летать, Будем с вами мы играть.* | ОРУ «Гули-гуленьки».  1.«Гуленьки греют крылышки на солнышке»  И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Руки вперед; поворачивать ладони вверх-вниз, сказать «горячо». И.п. 5 раз  2. «Летают гули-гуленьки»  И. п.: ноги врозь, руки вниз. Взмахи: одна рука вперед, другая — назад, слегка пружиня колени; после 3—4-х движений рук - отдых. Верн. в и. п. 3-4 раза  3.«Гуленьки клюют крошки»  И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, смотреть вниз, руки отвести назад - вверх, выпрям.. И.п. 5 раз  4.«Скачут-пляшут гуленьки»  И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. Легкое подпрыг. и встряхивание кистями рук. Повторить 3 раза, чередуя с ходьбой после 6—8 движ. 3 р  5.«Улетели гуленьки»  И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «а-а-ах». 3-4 раза | Подв. игра с реч. сопровожд. «Птички».  Дети образуют круг, встают на некотором расстоянии друг от друга. Поворачиваются лицом к ***И.***, который находится в центре круга. ***И.*** читает текст стихотворения и показывает движения.  *Маленькие птички, 1,2,1,2!* (выполняют взмахи руками). *Скок-скок, скок-скок!* (прыгают на месте на двух ногах, руки на пояс). *Маленькие птички, 1,2,1,2!* (выполняют взмахи руками). *Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп!* (хлопают в ладоши). *Маленькие птички, 1,2,1,2!* (выполняют взмахи руками). *Топ-топ, топ-топ!* (топают ногами, руки на пояс). *Маленькие птички, 1,2,1,2!* (выполняют взмахи руками). *Слетайтесь кто куда!* (разбегаются врассыпную). | «Птички в гнёздышках».  На игровой площадке (5x5 м) обозначаются цветной водой, линиями или шнурами 3—4 круга (диаметр кругов 1—1,3 м) — это гнёзда птичек. | Игра мал. подв. «Гуленьки».  Дети образуют круг вместе с ***И.***, берутся за руки. Под чтение текста стих. ***И.*** идут хороводом в пр. сторону:  *Ой, люли, люли, люленьки! Прилетели к нам гуленьки, прилетели гуленьки. Сели возле люленьки.*  (Все вместе идут по кругу в обр. сторону), ***И.*** произносит:  *Они стали ворковать, Ване спать не давать.*  *Ой, вы, гули, не воркуйте, дайте Ванечке поспать* (дети останавливаются, ***И.*** произносит: *Первая гуля говорит: «Надо кашкой накормить».* (Дети имитируют еду ложкой). *А вторая говорит: «Ване спать надо велеть».* (Дети присаживаются на корточки, руки под щеку). *А третья гуля говорит: «Погулять надо сходить».* (Дети врассыпную расход. по игровой площадке, гуляя рядом с ***И.).***. |
| 3.1 | **Инвентарь:** плоские обручи каждому ребёнку, 4 ведёрка и 2 маленьких стаканчика, 2 гимнастических скамейки | ***Досуг «Пожарная безопасность»***  **Инвентарь:** по 2 красных флажка каждому ребёнку, панно с домиком кошки, игрушка-кошка, каждому медальон с изображением кошки | | | | |
| 3.2 | Транспорт |  | ОРУ «Шуршат по дорогам веселые шины»  1.«Проверим тормоза»  И. п.: ноги слегка расставить, руки перед грудью; 1 — руки в стороны, правую ногу вытянуть вперед, поставить на пятку; 2 — и. п.; 3 — руки в стороны, левую ногу вытянуть вперед, поставить на пятку; 4 — и. п. По 3 раза  2.«Заводим моторы»  И. п.: ноги слегка расставить, руки в стороны; 1 — руки перед грудью, три-четыре круговых движения одной руки вокруг другой, говорить «р-р-р»; 2 — и. п. После 2-х повтор. опустить руки вниз, пауза. 4-6 раз  3.«Вращаем руль легко, едем далеко»  И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс; 1—7 — наклон вперед, вправо, назад, влево, вперед — вращение; 8 — и. п. То же в обр. направл.. После двух повторений пауза. 4-6 раз  4.«Стоп! Светофор!»  И. п.: ноги вместе, руки вниз; 1 — наклон вперед, руки вперед, ладони перпендикулярно; 2 — и. п. 5-6 раз  5.«Выйдем из машины, разомнем ноги» И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс; 1 — присесть, руки вперед; 2- и. п. 5р.  6.«Опять поехали машины, зашуршали тихо шины»  И. п.: ноги слегка расставить, руки согнуть в локтях, прижать к бокам, кисть сжать в кулак; 8—10 подпрыгиваний, продвигаясь в произвольном направлении. Чередовать прыжки с ходьбой. 2-3 раза. | Подв. игра с реч. сопровождением «Поезд едет, поезд мчит».  Дети становятся в круг на неб. расстоянии др.от др.. По команде ***И.*** (хлопок в ладоши) дети поворачиваются и начинают движение за водящим в колонне по одному.  *Поезд едет, поезд мчит, он колесами стучит* (идут притопт.шагом, выполняют вращение руками вдоль боков).  *Мчится поезд во весь дух. Чух-чух, чух-чух*! (останавливаются, поворач. лицом в центр круг. «Пружинка». Руки согнуты в локтях, прижаты к бокам, кисти рук сжаты в кулачки). *Под горой река течет,* (ставят руки в стороны). *А по речке — пароход* (выполняют небольшой наклон вправо, тянутся за пр. рукой, затем то же влево). *Бьёт высокая волна в его белые борта* (выполняют обеими руками перед грудью движение «волна») *Едет по шоссе машина, у нее большие шины*. (выполняют «пруж.», руки на пояс). *Тарахтит, стучит мотор: — довезу до самых гор!* (Хлопают в ладоши). *В небо рвется самолет, всех ребят зовет в полет*. (Поднимают руки вверх. Качают руками из стороны в сторону).  *Мы с тобой не полетим, а с лужайки поглядим, как рисует самолет белый след — назад, вперед*. (подним. на носки, руки через стороны вверх; возвращаются в и. п. — встают на полную стопу, руки вниз). | «Самолеты».  На площадке обозначается черта — это «ангары для самолетов».Дети присаживаются за чертой на корточки — это самолеты в ангарах на аэродроме. По сигналу ***И.*** «В полет!», дети разводят руки в стороны («крылья самолетов») и в произвольных направлениях разбегаются по всей площадке — «самолеты летают». В полёте «самолеты» не должны задевать др. др. крыльями (вытян. в стор. руками). По сигналу ***И.*** «Самолеты, на посадку!» дети - «самолеты» заходят на посадку и занимают свои места на «аэродроме» — за чертой.  ***И.*** отмечает детей, чьи «самолеты» летали лучше всех, без аварий. Игра повторяется. | Игра мал. подвижн. «Займи место в автобусе».  Дети строятся в колонну по одному, затем присаживаются на корточки — «едут в автобусе». По команде ***И.*** «Остановка!», играющие встают и гуляют по площадке. По команде ***И.*** «Займи место в автобусе!», дети находят свое место в колонне, спокойно подходят к нему, присаживаются на корточки и снова «едут в автобусе».  ***И.*** отмечает детей, наиболее точно выполнивших задание. |
| 4.1 | **Инвентарь:** зрительные ориентиры для ходьбы «змейкой», гимнастические скамейки, канаты, | ***Досуг «Поступаем в школу Мишки Топтыжки»***  Косички, корзина с шишками, переходной мостик (скамейка), обручи, стойка с рейкой для подлезания | | | | |
| 4.2 | Новый год, ёлка  **Инвентарь:** маска лисы, цветной шнур 4-5 м, ёлка,  кукла высотой 20-25 см, наряженная Снегурочкой. | *Ёлка – ёлочка, зелёные иголочки,*  *Золотые шарики, яркие фонарики.*  *Дед Мороз под Новый год нам подарки принесёт.*  *Дружно к ёлочке пойдём, свои подарочки найдём.* | ОРУ «Ёлка - ёлочка».  1.«Колючие иголочки»  И.п.: ноги слегка расставить, руки за спину, руки вперёд, пошевелить пальцами, сказать «колючие». Вернуться в и.п.5 раз  2.«Здоровается с нами ёлочка, машет иголочками»  И.п.: ноги врозь, руки вниз. Взмахи: одна рука вперёд, другая – назад. После 4-6 движений – отдых. Приучать к большой амплитуде движений. 3-4 раза  3.«Мы очень любим ёлочку»  И.п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперёд, смотреть вперёд, руки полукругом перед собой, пальцы рук соединить. Вернуться в и.п. 4-5 раз  4.«Спрячемся под ёлочкой»  И.п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Присесть, опустить голову, руками обхватить колени, сказать «спрятались». Верн. в и.п.5 раз  6.«Смолою пахнет ёлочка»  Ноги врозь, руки на пояс. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и.п. На выдохе произнести «а-а-ах!». 3-4 раза | «Лисичка и птички».  Лисица – ребёнок прячется за ёлкой. На расстоянии 3-3,5 м – шнур, за ним – домик для птичек.  *Вылетайте, птички, птички – невелички –*  *Снегири – синички. Летайте, летайте!*  *Ягоды и зёрнышки со снега подбирайте.*  Дети бегают по площадке, приседают – клюют зёрнышки.  *Ой, лиса бежит, беда, улетайте по домам!*  Лиса догоняет птичек, которые улетают в свой домик. | Подв. игра с реч. сопровождением «Под ёлкой заинька сидит».  Дети – зайчики садятся вокруг ёлки.  *Под ёлкой заинька сидит*  *И ушами шевелит.* (Присаж. на корточки, показ.«ушки», и шевелят ими вперёд - назад. *Вот так, вот так, он ушами шевелит.* (Встают, наклоны головы вправо – влево).  *Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть.* (Выполняют «пруж.», руки на пояс). *Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп, Надо лапочки погреть.* (Хлоп. в ладоши). *Зайке холодно стоять, Надо зайке поскакать*. (Топают ногами, руки вниз). *Скок – скок, скок – скок, надо зайке поскакать*. (Подп-рыг. на 2-х ногах на месте, руки на пояс*). Кто-то зайку испугал,*  *Зайка прыг…и ускакал*. (Дети убегают,прячут-ся за ёлкой, ***И.*** их догоняет. | Игра малой подвижности «Найдём Снегурочку».  ***И.*** до занятия прячет куклу. Затем помогает детям найти её по определённым приметам. Ребёнок, нашедший куклу, приносит её ***И.*** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ЯНВАРЬ** | | | | | | |
| № | Орг.момент, подготовка, пособия | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
| ОРУ | ОВД | П.и. |
| 2.1 | **Инвентарь:** платочки по количеству детей, доска шириной 10 см, несколько дуг для игры | Ходьба парами и врассыпную, бег врассыпную, ходьба в колонне по одному, перестроение в круг с платочками. | 1. И.п.: ноги на ширине ступни, платочек в обеих руках у груди. Выпрямить руки вперёд – показать платочек, вернуться в и.п. 5 р. 2. И.п.: ноги на ширине плеч, платочек в обеих руках внизу. Наклониться, помахать платочком вправо – влево, выпрямиться, вернуться в и.п. 3. И.п.: ноги на ширине ступни, платочек в обеих руках внизу. Присесть, платочек вынести вперёд, встать, вернуться в и.п. 4 р. 4. И.п.: то же. Поднять платочек вверх, присесть, спрятаться за платочек, вернуться в и.п. 5 р. 5. И.п.: ноги слегка расставить, руки на поясе. Прыжки на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой. 2 р. | 1. Ходьба по доске, руки на поясе. ***И.*** стоит в конце доски, держа флажок на уровне глаз для ориентира. 2. Прыжки на двух ногах на носочках с продвижением вперёд на 1,5-2 м от линии, к которой дети подходят до флажка на полу. 2 р. | «Жуки».  Игра проводится под бубен. По сигналу «жуки полетели!» (ритмичные удары в бубен) дети бегут врассыпную по всей пло­щадке. По сигналу «жуки упали!» (меняется ритм уда­ров в бубен) дети ложатся на спину, делая свободные движения рук и ног (жуки барахтаются). По сигналу «жуки полетели» игра продолжается. | Ходьба в колонне по одному. |
| 2.2 | неделя театра. Нар. культура, традиции |  | ОРУ «Барышни, зверюшки – забавные игрушки»  1.«Барышни-красавицы всем детишкам нравятся»  И.п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. 1- пр. руку в сторону, ладонь вверх, посмотреть на руку. 2- левую руку в сторону. 3- правую опустить. 4- левую опустить 4 р  2.«Ваня гармонист»  И.п.: ноги врозь, руки перед грудью. Руки в стороны – «растянули гармонь». Верн. в и.п.4-6 раз  3.«Неваляшка»  И.п.: то же. Наклон вперёд, выпрям., неб. наклон назад. После 2-3 движ. пауза. 4-6 раз  4.«Медведь-плясун»  И.п.: ноги врозь, руки на поясе. Поворот вправо - посмотреть назад. Вернуться в и.п. Поворот влево – посмотреть назад. Вернуться в и.п.4 раза  5.«Весёлый Петрушка»  И.п.: ноги слегка расставить, руки на поясе. Сделать «пружинку» и приседание. 4 раза  6.«Забавный зайка»  И.п.: о.с., руки на пояс. Правую ногу вперёд на носок. Вернуться в и.п. То же левой ногой. Вернуться в и.п. То же, отставляя ногу в сторону. 4-6 р | Подв. игра с реч. сопровождением «Ай-люли, ай-люли»  Дети образуют круг, ***И.*** становится в центре.  *Ай-люли, ай-люли*  *В гости к детушкам пришли* (Шагают на месте) *Весёлые матрёшки – красные сапожки* (Ставят попеременно пр., затем лев. ногу вперёд на пятку, руки на поясе).  *Матрёшки– красавицы,*  *детям очень нравятся* (Выполняют «пруж.» с поворотом туловища вправо - влево, руки на поясе). *Вот Петрушка на коне расписном скакуне.* (Прыжки на 2-х ногах на месте, руки вниз) *Петушок в кафтане, утка в сарафане* (Хлопают в ладоши). *Др. за др. мы пошли, хоровод мы завели. Наш весёлый хоровод возле дома у ворот* (идут по кругу, взявшись за руки*) А потом пошли все в дом* (Шагают на месте) *Пить чай с пирогом.* (Руки поднять вверх, присесть, руки опустить вниз). | «Весёлые матрёшки».  Очерч.круг, с внешн. стороны обознач. домики матрёшек (обручем, скакалкой и т.п.), ***И.*** в центре круга с бубном, дети – за домиками. 1 удар в бубен – дети идут по кругу, покач. из стороны в сторону, руки прижаты к бокам, кисти рук перпендикулярны; 2 удара – бегут по кругу. По команде: «Матрёшки, в дом!» - дети могут занимать любой домик. ***И.*** может убрать 1-2 домика. | Игра мал. подвижн. «Петрушка».  Дети образуют круг, ***И.*** становится в центре и говорит: «*Я - Петрушка, пришёл с вами поиграть!*». Дети берутся за руки и идут в 1 сторону, а ***И.*** внутри круга противоходом идёт и произносит слова:  *Я – весёлая игрушка, а зовут меня Петрушка!*  *У меня яркий колпачок и нарядный сюртучок. Делайте вы все движенья вслед за мной, без промедленья. Эй, ребята, не зевайте! Упр. повторяйте!*  Дети останавливаются, поворачиваются в центр, опускают руки вниз. ***И.*** выполняет произвольное движение (наклоны, прыжки, приседания, «пружинку» и т.п.), дети повторяют. |
| 3.1 | **Инвентарь:** гимнастические скамейки, ребристая доска, стулья, обручи, канаты, узкая доска | ***Развлечение***  ***«В гости к колобку»***  • **Инвентарь:** сказочный персонаж – рукавичка «бабушка Арина», «Колобок», все персонажи сказки  • панно «Сказочная деревенька» с избушкой | | | | |
| 3.2 | неделя театра. Народная культура |  | ОРУ «В гости к игрушкам»  1.«Петушок машет крыльями»  И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз; 1—2 — руки вверх, пальцы врозь, посмотреть на них; 3—4 — и. п. 4 раза  2.«Робот»  И. п.: ноги слегка расставить, руки за голову; 1—2 — локти вперед; 3—4 и. п. 4-5 раз  3.«Качалка»  И. п.: ноги врозь, руки на пояс; 1—2 — наклон вперед; 3—4 — выпрямиться, слегка наклониться назад. После 2—3 движений пауза.3-4 раза  4.«Ванька-встанька»  И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Спокойно сесть, потом встать. 4 раза  5.«Веселый мяч»  И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. Выполнить 8—10 подскоков, поворачиваясь вокруг себя, меняя направление и чередуя прыжки с ходьбой.  Повтор. 1 упражнение. 3 раза | Подв. игра с реч. сопровожд. «Я люблю свои игрушки».  *Я люблю свои игрушки:* (Выполняют «пруж», руки на поясе). *Куклы, мячики, хлопушки,* (Хлопают в ладоши). *Буратино и Мальвину — все поместятся в машину.* (Приседают на корточки). *Я машину заведу*, (Встают, заводят руками «моторчики» вращение рук вперед-назад перед грудью) *Я на улицу пойду.* (Шагают на месте) *Ой, уехала машина*, (Кисти рук прикладывают к щекам, качают головой). *По дороге едут шины.* (Идут по кругу друг за другом, руками выполняют вращения вверх-вниз вдоль боковой поверхности туловища)  *За машиной побегу, я игрушки догоню* (Бегут по кругу). *Свои игрушки догоню*, (Останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга).  *Потому что их люблю*. (Разводят руки в стор., обним. 2-мя руками себя за плечи). | «Соберитесь у мячей». Дети строятся в 3 звена по 4—5 чел. в разн. мест. площадки. Перед каждым звеном лежит мяч диаметром 18—20 см (мячи разных цветов: кр., син., зел.). По сигналу ***И.*** (хлопок в ладоши) дети разбег. врасс. по площадке. На второй сигнал ***И.*** и слова:  «Соберитесь у мячей!  1.2.3— скорей, скорей!» —  каждое звено должно построиться за мячом определенного цвета в первоначальном порядке. | Игра мал. подвижн. «Хочешь с нами поиграть?»  Дети образуют круг, внутри которого находится водящий. По сигналу ***И.*** дети начинают движение по кругу др. за др., высоко поднимая колени и энергично взмахивая руками. Водящий движется внутри круга в противоп. сторону. ***И.*** произносит текст:  *Хочешь с нами поиграть? Быстро нужно называть свою люб. игрушку — куклу, зайку, погремушку... Ну-ка, громко, 1,2,3, ты игрушку назови.*  По окончании текста дети и водящий останавливаются. Тот ребенок, напротив которого остановился водящий, называет свою любимую игрушку, а затем становится след. водящим. |
| 4.1 | **Инвентарь:** санки со снежками; 2 флажка разного цвета, к каждому флажку цв. карандаши того же цвета по количеству детей в команде | ***Развлечение на улице***  ***«Зимние забавы»***  **Инвентарь:** мягкие игрушки, расставленные по верху крепостного вала; палочка с верёвкой дл.1,5 м со снежинкой на конце; 2 куклы | | | | |
| 4.2 | комнатные растения |  | ОРУ «На окне в горшочках выросли цветочки».  1.«Цветочки тянутся к солнышку»  И. п.: ноги слегка расставить, кораблик опушен вниз, держать И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз; 1 — руки через стороны вверх; 2 — через стороны вниз. 4-6 раз  2.«У цветочков мягкие листочки»  И. п.: ноги слегка расставить, руки за голову; 1 — пр. руку в сторону, ладонь вверх; 2 — лев. в сторону; 3—4 — и. п. После двух повторений руки вниз; пауза. 4 р  3.«Цветочки качаются, от ветра наклоняются»  И. п.: ноги врозь, руки на пояс; 1 — наклон впр., не сгибая ноги; 2 — и. п. То же вл..По 3 раза  4.«Кошка шипит, на цветочки глядит»  И. п.: ноги врозь, руки за спину; 1 — наклон вперед, голову приподнять, сказать «ш-ш-ш»; 2 — и. п. 5-6 раз  5.«Наши цветочки спрятались в горшочки»  И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс; 1 — присесть, голову наклон. вниз, руками обхват. колени; 2 — и. п. 5-6 раз  6.«Поднялись цветочки, расправили листочки»  И. п.: ноги слегка расставить, руки в стороны — вниз; 1 — подняться на носки; 2 — перекат на пятки. После 4—6 движений пауза, отдых.. 3 р | Подв. игра с речевым сопровождением «Цветочный хоровод».  Дети встают в круг на некотором расстоянии друг от друга. ***И.*** находится в центре круга, показывает движения, которые дети повторяют вслед за ним.  *У нас, в зеленом уголке случилось утром диво. (*Хлопают в ладоши) *Распустились все фиалки пышно и красиво. (*Выполняют «пруж.», поворачиваясь вправо-влево, руки на пояс). *Посмотрите, что за чудо! Вот так вот, вот так вот!* («Удивляются» — поднимают плечи вверх). *Все фиалки в пляс пустились — Кружит цветочный хоровод*. (Берутся за руки, идут по кругу). *В танце лепестки мелькают, словно бабочки порхают.* (Бегут на носочках др.за др., взмахивая *руками, как бабочки крыльями) А зеленые листочки, как пушистые комочки, Поскакали, покатились, Закруж., закружились.* (Шагают, высоко поднимая колени). *Мы в ладоши хлоп, хлоп, хлоп!* (Хлопают в ладоши). *Мы ногами топ, топ, топ!* (Топают ногами, руки на поясе). *Вот веселые дела — группа наша в пляс пошла!* (Поочередно ставят на пятку сначала пр., затем лев. ногу; руки на поясе). *Мы с цветами веселились, в хороводе мы кружились.* (Наклон вправо-влево, руки на поясе). *Отдыхать нам всем пора,* (Поднимаются на носки, руки в стороны — вдох) *Уже закончилась игра.* (Приседают, опускают руки вниз, выдох). | «Цветочки — в горшочки!».  Флажками обозначаются границы площадки. На 1 стороне площадки обознач.черта, за кот. очерч. домики — это «горшочки». В домиках - «горшочках» находятся дети-цветочки. После слов ***И.*** *«Эй, цветочки, выбегайте! Порезвитесь, погуляйте!»* дети выбегают из своих домиков и разбегаются по всей площадке. После слов ***И.*** «Быстро в домики вставайте, свои горшочки занимайте!» дети должны вернуться в свои домики. | Игра мал. подвижн. «Назови комнатное растение».  Дети образуют круг. ***И.*** становится в центр круга, в руках у него мяч, который он по очереди кидает детям, произносит слова:  *Ну-ка, Маша (Саша, Лена и т. д.), 1,2,3, растение ты назови!*  Выбранный ребенок называет любое комнатное растение (фиалка, бегония, кактус, алоэ, герань и т. д.) и кидает мяч обратно ***И.***.  Примечание. Допускаются периодические повторения детьми названий комнатных растений. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ФЕВРАЛЬ** | | | | | | |
| № | Орг.момент, подготовка, пособия | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
| ОРУ | ОВД | П.и. |
| 1.1 | **Инвентарь:** по 2 погремушки на каждого, 6 плоских обручей, 5-6 коротких шнуров, 2 стойки и шнур для игры, дуга 50 см высотой и дуга 35 см. | Построение в шеренгу, объяснение задания. В колонне ⅔ зала, команда к ходьбе врассыпную, затем к бегу. Повтор. Закончить ходьбой, дети берут погремушки со стульев и встают в круг. | 1. И.п.: ноги на ширине ступни, погремушки внизу. Поднять, позвенеть, опустить через стороны вниз, вернуться в и.п. 5 р. 2. И.п.: то же, погремушки в обеих руках у плеч. Присесть, погреметь перед собой, встать, вернуться в и.п. 5 р. 3. И.п.: сидя, ноги врозь, погремушки в обеих руках за спиной. Наклон, положить на пол, выпрямиться, руки за спину; наклон, взять, вернуться в и.п. 5 р. 4. И.п.: ноги слегка расставлены, погремушки в обеих руках у груди. Прыжки на двух ногах в чередовании с ходьбой на месте. 2 р. | Шнуры на расстоянии 30 см один от другого, дети колонной перешагивают правой – левой ногой, затем прыжки из обруча в обруч. | «Пройди мишкой, проползи мышкой». Дети располагаются у одной стены площадки. ***И***. ставит 2 дуги разного размера. Первая дуга высотой 50 см. на расстоянии 2-3 м от неё – вторая дуга высотой 30-35 см. ***И***. вызывает одного ребёнка и предлагает ему пройти под одной дугой на четвереньках, как мишка, т.е., опираясь на ступни ног и на ладони, а под второй дугой проползти как мышка (на коленях и ладонях). Затем надо подняться и прибежать бегом на своё место. | Ходьба в колонне по одному. |
| 1.2 | дом, в котором ты живёшь |  | ОРУ «Как у нас в квартире».  1.«У нас квартира большая - пребольшая»  И.п.: ноги слегка расставить, руки вниз, руки в стороны, сказать «вот такая». Вернуться в и.п. 4-5 раз  2.«Большой шкаф»  И.п.: ноги врозь, руки вниз. Через стороны руки вверх, подняться на носки, руки через стороны вниз. 4-5 раз  3.«Круглый стол»  И.п.: ноги врозь, руки за спину. Наклон вперёд, руки полукругом перед собой, пальцы рук соединить. Верн. в и.п. 5 раз  4.«Над столом часы тик - так»  И.п.: ноги врозь, руки за голову. Накл. вправо, не сгиб. ноги, сказать «тик». Вернуться в и.п. То же влево, сказать «так».По 3 р  6.«Присядем на стулья»  ноги слегка расставить, руки на пояс. Присесть, руки вперёд, сказать «сели». Верн. в и.п. 4р  7.«В квартире пляшем и поём, свою мы мебель бережём»  ноги слегка расставить, руки вниз. 6-10 подпрыгиваний, продвигаясь в произвольном направлении. Чередовать с ходьбой. 2-3 раза | Подв.я игра с речевым сопровожд. «Уборка».  Дети образуют круг лицом в центр, ***И.*** становится в центре.  *1.2.3.4,* *Убираем мы в квартире*. (Хлопают в ладоши). *Петя взял пылесос, Ваня тряпки нам принёс.* (Шагают на месте). *Маша принесла ведро – ох, огромное оно.* (Наклоны вправо – влево, руки в стороны – вниз, кисти рук сжаты в кулачки). *Чисто вытрем мы все стулья и кроватки, и столы*. (Выполняют «пруж.», руками взмахивают попеременно вперёд – назад). *Мы диван пропылесосим, уберём мы все углы.* (Приседают 2 раза, руки вперёд, ладони вниз). *А потом, а потом побежим мы за котом.* (Бег по кругу др. за др.). *Мы кота поймаем,*  (Останавливаются, поворачиваются лицом в центр, поднимают руки вперёд, сжимают – разжимают кулаки).  *Причешем, приласкаем.*  (Гладят себя обеими руками по голове). *Мама вечером пришла, на пороге замерла:*  (Шагают на месте).  *- Кто убрал квартиру нашу: Петя, Ваня или Маша?* (Выполняют 2 наклона вперёд, разводя руки от груди вперёд – в стороны).  *- Это мы! Это – мы! Тебе, мама, помогли!*  (Хлопают в ладоши). | «Мышки в доме» («мышеловка»).  1 группа детей, взявшись за руки, образует круг («мышеловка»). 2 группа – мышки – за внешней стороной круга. Дети – «мышеловки» с ***И.*** поднимают руки – воротца, мышки пробег. под ними, вбегая и выбегая из круга под слова:  *Поселились в доме мышки, всё погрызли шалунишки.*  *Мышки, мебель не грызите, вы из дома уходите!*  *Уходите поскорей, не пугайте вы детей!*  *Мышеловки мы поставим, быстро вас сейчас поймаем.*  (После этих слов воротца опускаются). | Игра мал. подвижн. «Летает – не летает».  Если летает – дети встают на носочки, если нет – присаживаются. |
| 2.1 | **Инвентарь:** обручи и мячи по количеству детей, 2 скамейки высотой 15 см. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнение, объяснение задания. В колонне по одному, по сигналу «зайки» стоп и прыгают на месте на 2-х ногах, «лягушки» - приседают, по команде бег врассыпную. | 1. И.п.: ноги на ширине ступни, обруч в обеих руках внизу. Поднять вверх, посмотреть, опустить, вернуться в и.п. 5 р. 2. И.п.: то же, обруч в обеих руках у груди. Присесть, обруч вперёд, встать, опустить, вернуться в и.п. 5 р. 3. И.п.: сидя, ноги врозь, обруч в обеих руках внизу. Поднять вверх, наклон, ободом коснуться пола, выпрямиться, опустить, вернуться в и.п. 5 р. 4. И.п.: лёжа на спине, обруч в согнутых руках перед собой на груди. Велосипед 3-4 р. 5. И.п.: стоя в обруче, руки на поясе. Прыжки на 2-х ногах в чередовании с ходьбой на месте 2 раза. дети вешают обручи на стойку, садятся на стулья. | Подгруппа детей проходит по скамейке и спрыгивает воробышками в гнёздышко (круг) 3 раза. Вторая подгруппа в шеренге у стены берёт разложенные мячи и по сигналу катит, бегут за ними. Повтор 2 раза. Смена подгрупп. Убирают мячи в коробку, раскладывают обручи для игры. | «Мыши и кот».  Дети – мыши сидят в норках. В одном из углов площадки сидит кот ***И***. Кот засыпает, и мыши разбегаются по комнате. Но вот кот просыпается, потягивается, мяукает и начинает ловить мышей.  Мыши быстро бегут и прячутся в норках.  После того, как все мыши вернутся в норки, кот ещё раз проходит по комнате, затем возвращается на своё место и засыпает. Игра повторяется 4-5 раз. |  |
| 2.2 | посуда  **Инвентарь:** деревянные ложки (длина 15 см), из расчета по 2 ложки на каждого ребенка. | *Поварята, поварята, очень дружные ребята.*  *Дружно суп они сварили, дружно ложки разложили.*  *А потом гостей позвали, суп в тарелки разливали.*  *Гости поварят хвалили, им спасибо говорили.* | ОРУ «Маленькие поварята».  1.«Ложки тук-тук»  И. п.: ноги слегка расставить, руки с ложками вниз. Руки через стороны вверх, постучать ложками друг о друга, сказать «тук-тук». И. п. 5 раз  2.«Покажи и поиграй»  И. п.: ноги врозь, ложки у плеч. Поворот туловища, руки вперед; показать ложки, сказать «вот», спрятать руки за спину. Вернуться в и. п. То же в другую сторону. По 3 раза  3.«Наклонись»  И. п.: ноги врозь, ложки у груди, руки согнуты в локтях. Наклон вперед и одновременно взмах ложек назад, выдох, смотреть вперед. И. п. Повторить 4-5 раз.  4.«Справа, слева»  И. п.: ноги слегка расставить, ложки в стороны (вертикально). Присесть, косн. земли справа (слева). Верн. в и. п. По 3 раза  5.«Ложки в стороны и вниз»  И. п.: ноги врозь, руки с ложками вниз. Ложки в стороны, глубокий вдох носом. Верн. в и. п., на выдохе произнести «внииз». 3 р | Подв. игра с речевым сопровождением «Мы на кухне убирали».  Дети образуют круг, становятся на некотором расстоянии друг от друга. ***И.*** становится в центр круга, показывает движения и читает текст стих., дети повторяют движения вслед за ним.  *Мы на кухне убирали, чашки мыли, вытирали.*  (Стоят, руками выполняют скользящие движения вверх-вниз ладонью о ладонь). *Вдруг чашки разбились, упали, от них лишь осколки остались,* (Выполняют «пруж.», руки на пояс).  *Мы осколки убирали, очень мы сильно устали* (Выполняют 2—4 наклона вперед, руки вниз). *Пришла пора нам отдыхать прыгать, бегать и играть* (Выполняют повороты влево - вправо, руки на пояс).  *Мы в ладоши хлоп-хлоп*, (Хлопают в ладоши). *Мы ногами топ-топ* (Топают ногами, руки вниз*). А потом прыг-скок, прыг-скок,* (Прыгают на месте на двух ногах, руки на пояс). *Наутек — и молчок!* (Присаживаются на корточки). *Вместе сядем все за стол, выпьем чаю с пирогом* (Отходят назад, образуя широкий круг) *А потом мы встанем в круг* (Хлопают в ладоши)  *Музыка зовёт всех друзей – малышей в дружный хоровод.* (Танцуют, попеременно выставляют на пятку пр. и лев. ногу, руки на пояс). | «Солнечные зайчики».  Дети встают на игровой площадке врассыпную рядом с ***И.***, они — солнечные зайчики. ***И.*** читает текст:  *Солнышко на кухню заглянуло, деткам малым солнце улыбнулось.*  *Словно легкие звонкие мячики, полетели, побежали по кухне веселые солнечные зайчики. Они пробежались по чашкам, по ложкам, по кастрюлям, тарелкам и поварешкам.*  *Вдруг... исчезли, улетели! Мы догнать их не успели!*  После слов ***И.*** «мы догнать их не успели», дети разбегаются по всей игровой площадке, бегают, прыгают. По сигналу ***И.*** «солнечные зайчики, домой!» дети бегут обратно к ***И.***. Когда ***И.*** вновь произнесет «полетели, побежали солнечные зайчики!», игра повторяется. | Игра малой подвижности «Самовар».  Дети образуют круг, берутся за руки, педагог становится в круг вместе с детьми. Педагог читает текст стихотворения, вместе с детьми выполняет движения. *Пыхтит на кухне самовар, «Ух-чух, пых-пых»* (Идут по кругу в правую сторону, взявшись за руки). *Над ним вьется пар, «Ух-чух, пых-пых»* (Идут по кругу в обратном направлении). *К самовару подойдем, себе чаю мы нальем.* (Идут маленькими шагами к центру круга). |
| 3.1 | **Инвентарь:** по 1 погремушке и по 2 султанчика каждому ребёнку, мячики каждому папе | ***Развлечение «Поздравляем наших пап»***  ***проводится вместе с папами***  по 1 листу бумаги каждому папе, 2 косынки, 2 корзины | | | | |
| 3.2 | день защитников Отечества  для игры выполняется следующая разметка (на утрамбованном снегу «цветной» водой):  1. Две линии, расстояние между которыми 15 см.  2. Дорожка «змейка».  3. Поперечные полоски, расстояние между которыми 50 см.  4. Дорожка «зигзаг». (Длина всех дорожек — 4,5 м.) | *Чтоб защитниками стать, долг солдата выполнять,*  *Нужно крепким, сильным быть, с физкультурою дружить.* | ОРУ «Мы — веселые ребята».  1.«Мы — сильные»  И. п.: ноги слегка расставить, руки к плечам, кисти в кулак; 1 — руки вверх, посмотреть, потянуться; и.п. 5-6 раз  2.«Бокс»  И. п.: ноги слегка расставить, руки согнуть, кисти в кулак. Быстро выпрямлять вперед то правую, то левую руку, меняя их положение. После 4—6 движ. руки опустить. 2-3 раза  3.«Поднять гири»  И. п.: ноги врозь, руки за голову; 1—2 — наклон к правому колену, достать пальцами рук носок пр. ноги — выдох; 3—4 — и. п. То же к лев. колену. По 3 р  4.«Мы — крепкие»  И. п.: ноги врозь, руки на пояс; 1 — наклон вправо, не сгибая ноги; 2 — и. п. То же вл.. По 3 раза  5.«Мы— ловкие»  И. п.: о. с, руки на пояс; 1 — правую ногу в сторону, правую руку в сторону; 2 — и. п. То же левой. По 3 раза  6.«Сильные ноги»  И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз; 8—10 подпрыгиваний. Черед. прыжки с ходьбой. 2-3 р | Подв. игра с речевым сопровождением  «Мы пока еще ребята».  *Мы пока еще ребята.*  *Подрастем — пойдем в солдаты* (Выполняют «пруж.», руки на поясе). *Будем Родине служить чтоб под мирным небом жить!* (Хлопают в ладоши).  *А пока что мы — ребята, озорные дошколята.* (Прыгают на двух ногах на месте, руки вниз). *Любим бегать и играть, прыгать, лазать и скакать.* (Выполняют упражнение «часики» — наклоны вправо - влево, руки на поясе).  Затем дети поворачиваются др. за др. и выполняют команды ***И.***:  ♦ «Солдаты идут» — шагают, энергично работая руками, высоко поднимая колени.  ♦«Разведчики крадутся» — идут на носочках, слегка наклонившись вперед, руки прижаты к бокам.  ♦ «Моряки плывут» — бегут друг за другом, выполняя руками гребковые движения (от груди обе руки вытянуть вперед, развести в стороны, обратно к груди). | «Полоса препятствий».  Дети др. за др., поточным способом выполняют следующие задания:  \* По 1-й дорожке: идут, сохраняя равновесие, руки в стороны.  \* По 2-й дорожке: бегут, повторяя изгибы «змейки».  \* По 3-й дорожке: выполняют прыжки на двух ногах, наступая на каждую полоску, руки на поясе.  \* По 4-й дорожке: идут по «зигзагу», высоко поднимая колени, руки к плечам. | Игра мал. подв. «Чтобы сильным, ловким быть».  Дети становятся в круг, поворачиваются лицом в центр. В центре круга — водящий. ***И.*** произносит текст, во время которого дети хлопают в ладоши:  *Чтобы сильным, ловким быть, со спортом должен ты дружить.*  *Все виды спорта должен знать, чтобы солдатом смелым стать.*  После слов ***И.*** водящий имитационными движениям показывает какой-либо вид спорта (плавание — гребки рукам футбол — удар по мячу ногой; баскетбол — ведение мяча — попеременное движение руками вверх-вниз; хоккей — замах на шайбу воображаемой клюшкой). Затем внимательно смотрит на движения всех детей и выбирает ребенка, который выполнил показанное движение лучше всех. Он становится следующим водящим. |
| 4.1 | **Инвентарь:** Гимнастические скамейки, бревно, стойки, мостик-качалка | ***Досуг «Весёлые воробьишки»***  **Инвентарь:** маска-шапочка воробья, маска кота, цветы на цветной бумаге | | | | |
| 4.2 | Мебель  **Инвентарь:** 2 скамейки длиной 2,5 м, высотой 25-30 см;  2 скамейки длиной 2,5 м, высотой 25-30 см, стоят параллельно на расстоянии 3-4 м. | *На скамеечке с друзьями*  *Упражненья выполняем:*  *Наклоняемся, поднимаемся – физкультурой занимаемся.* | ОРУ «На скамеечке с друзьями».  1.«Выше вверх»  И.п.: сидя на скамейке верхом, руки в упор сзади. Руки через стороны вверх – посмотреть вверх. Вернуться в и.п. Сказать «вниз». 5 раз  2.«Оглянись»  И.п.: то же, руки на пояс. Поворот вправо – назад. Вернуться в и.п. То же в другую сторону. По 3 раза  3.«Встать и сесть»  И.п.: то же, руки за спину. Встать, посмотреть вверх. Вернуться в и.п. Ноги не сдвигать. 5 раз  4.«Осторожно!»  И.п.: стоять близко к скамейке, руки вниз. Встать на скамейку, сохраняя устойчивое положение, сойти. 5 раз  6.«Дышим свободно»  Ноги врозь, лицом к скамейке, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и.п., на выдохе произнести «дышим». 3-4 раза | Подв. игра с речевым сопровождением «Пойдём с мамой в магазин!».  Дети образуют круг лицом в центр, ***И.*** становится в центре.  *4,3,2,1 – пойдём с мамой в магазин.* (Шагают на месте).  1*,2,3,4,5 – кукле мебель покупать*. (Хлопают в ладоши). *Купим кукле мы кровать, чтоб в ней кукле сладко спать*. (Наклоны вл. – впр. Руки на пояс).  *Купим кукле мы буфет для тарелок и конфет.* (Выполняют 2 приседания, руки вниз. При присед. – руки на колени). *Купим кукле стулья и стол, чтобы чай пить с гостями за круглым столом*. (Выполняют «пруж.», руки на поясе). *Дорогие гости, приходите! Угощенье к чаю приносите!* (Выполняют 2 наклона вперёд – в стороны). | «Найди свою скамейку».  Дети ***И.*** произвольно делятся пополам и рассаживаются на скамейках лицом др. к др.  *Со скамеек поднимайтесь, на прогулку собирайтесь!*  *Будем с вами мы гулять, бегать, прыгать и скакать.*  (Дети встают и расходятся по площадке).  *Погуляли, поиграли и снежки вы покидали. Пора теперь в обратный путь – на скамейках отдохнуть! Домой!*  (Дети бегут и садятся на свои скамейки). | Игра мал. подвижн. «У скамеечек».  Дети вместе с ***И.*** образуют круг. Все вместе двигаются хороводом.  *У скамеечек с друзьями мы ходили и гуляли.*  *Приседали и вставали, дружно руки поднимали,*  *Наклонялись и вставали и немножечко устали.*  *Сядем на скамейки дружно. Отдых нам, конечно, нужен.*  После этих слов, дети подходят к скамейкам и садятся на них. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **МАРТ** | | | | | | |
| № | Орг.момент, подготовка, пособия | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
| ОРУ | ОВД | П.и. |
| 1.1 | **Инвентарь:** по 2 кубика на каждого, 2 шнура длиной по 3 м, 2 флажка на подставке | Построение в шеренгу, проверка осанки, в колонне ½ круга, бег по команде. Поворот в другую сторону. Повтор. Построение в шахматном порядке у разложенных кубиков. | 1. И.п.: ноги на ширине ступни, кубики в обеих руках внизу. Вынести вперёд, стукнуть др. о друга, опустить вниз. 5 р. 2. И.п.: то же, кубики в обеих руках за спиной. Присесть, поставить перед собой, встать, убрать руки за спину. Присесть, взять, вернуться в и.п. 4 р. 3. И.п.: стоя на коленях, кубики в обеих руках у плеч. Поворот вправо, положить у носков ног, выпрямиться, руки на пояс. Поворот вправо, взять, вернуться в и.п. То же влево. 3 р. 4. И.п.: лёжа на спине, ноги прямые, кубики в обеих руках за головой. Согнуть ноги в коленях, коснуться коленями кубиков, вернуться в и.п. 5 р. 5. И.п.: ноги вместе, кубики на полу. Прыжки вокруг кубиков в чередовании с ходьбой на месте 2 р. | 2 шнура параллельно, на расстоянии 2 м от них ставить флажки. Дети поточно двумя колоннами идут по шнуру, приставляя пятку к носку, смотря вперёд. До флажка (2 м) дети прыгают на 2-х ногах. Повтор. | Кролики.  На одной стороне зала полукругом расставлены стулья, сиденьями внутрь круга полукруга. Это клетки кроликов. На противоположной стороне – дом сторожа. Посредине находится лужайка, на которую кроликов выпускают погулять. Дети по 2-3 становятся сзади стульев, по указанию ***И***. присаживаясь на корточки (сидят в клетках). Сторож подходит к клеткам, выпускает кроликов на лужайку. Дети один за другим проползают под стулом, затем прыгают, продвигаясь вперёд по всей площадке. По сигналу И. «Бегите в клетки!» - кролики возвращаются на свои места, снова проползая под стульями. | Малоподвижная игра «Найди кролика» |
| 1.2 | весна – красна, признаки  **Инвентарь:** колокольчик. |  | ОРУ «Пришла красавица весна».  1.«Пришел апрель — отворил окно и дверь»  И. п.: ноги слегка расставить, руки внизу; 1 — руки в стороны; 2 — обхватить руками плечи; 3 — руки в стороны; 4 — и. п. 5 р  2.«Солнышко, выгляни! Красное, высвети!»  И. п.: ноги слегка расставить, руки внизу; 1 — через стороны руки вверх, подняться на носки; 2-й. п., руки через стороны вниз. 5 р.  3.«Поскорей вернитесь, птицы!»И. п.: ноги врозь, руки на пояс; 1 — наклон вперед, руки в стороны—назад; 2 — и. п. 5 р.  4.«Где ты, скворушка, черная головушка?»  И. п.: ноги врозь, руки за спину; 1 — поворот вправо, пр. руку согнуть в локте, кисти приставить перпендикулярно ко лбу; 2-й. п.; 3—4 — то же влево. По 3 раза  5.«Ты, весенний дождик, лей!»И. п.: ноги слегка расставить, руки вверху, кисти рук сложены «домиком»; 1 — присесть, руки вниз; 2 — и. п. Повторить 5—6 р  6.«Скок-поскок молодой дроздок»И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. 8—10 подскоков. Чередовать с ходьбой. 3-4 раза | Подв. игра с речевым сопровожд. «Верба-вербочка».  Дети вместе с ***И.*** выбирают 2-х водящих — мальчика и девочку. Играющие дети образуют 2 круга. В центр 1 круга встает девочка, в центр 2 — мальчик. Дети водят хороводы, повторяя за педагогом слова: *Верба, верба, вербочка, вербочка кудрявая, не расти, верба, во ржи, расти, верба, у межи. Как во городе царевна посреди круга стоит, её ветер не берет, канарейка гнездо вьет.*  На слово «вьет» девочка и мальчик разрывают свой круг, подходят друг к другу и делают «воротики». Остальные дети проходят в них друг за другом, продолжая припевать: Канарейка — (Оленька), Соловейко (Ванечка). После того, как все дети пройдут в «воротики», в конце игры, девочка и мальчик танцуют (выполняют любые танцевальные движ. под удары ***И.*** в бубен или хлопки детей в ладоши). | «Ловишка» Площадку для игры огранич.ориентирами (линиями, кеглями, флажк.) По считалке ***И.*** выбирает ловиш. Ловишка встает в центр площадки, ост. дети встают вокруг в круг, держа др. др. за руки. По сигналу ***И.*** дети начинают движ. в пр. сторону, повторяя за педагогом слова:  *Ау-ау-аукаем, весну приаукиваем. Весна! Весна! Красным-красна! Весна пришла, свет, тепло принесла! Весну встречаем, в ловишки играем! 1.2.3, лови!*  После слов «1.2.3 — лови!» дети врасс. разбег. по площадке. Ловишка ловит их, дотрагиваясь рукой. Пойманные отходят в сторону. Когда ловишка поймает 2—3 детей, выбирается новый водящий. Игра повторяется. | Игра мал.подвижности «Жмурки с колокольчиком»  Все дети группы, кроме двоих, стоят в кругу, держась за руки. 2 детей стоят внутри круга. У одного из них завязаны глаза, он — «жмурка», у другого к ноге привязан колокольчик. «Жмурка», услышав звон колокольчика, идет по направлению звона, чтобы поймать товарища, который старается от «жмурки» увернуться. Пара водящих не должна выходить из круга. Когда «жмурка» поймает товарища, игру продолжает следующая пара. |
| 2.1 | **Инвентарь:** 3 кегли, 3 кубика, 3 мешочка с песком, 2 куклы, 2 стола, 3 стула, 2 корзины, по 10 мячей | ***Досуг «Супер – мама»***  ***совместно с родителями***  **Инвентарь:** ленточка каждому ребёнку, 2 платка, 2 картонных пуговицы диаметром 20 см, несколько музыкальных инструментов | | | | |
| 2.2 | 8 марта – мамин день  **Инвентарь:** зонт и солнце |  | ОРУ «Мамин день».  1.«Как мы все успеем сделать?» И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз; 1 — руки вперед; 2 — руки в стороны; 3 — руки к щекам, покач. головой влево - вправо; 4 — и. п. 4 раз 2.«Подметем пол» И. п.: о. с, руки вниз; 1 — поднять 1 руку вперед, другую - вниз, назад; 2 — поменять полож. рук. Выполнить 4 движения, пауза. 3 р 3.«Вымоем окна» И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс; 1 — поднять руки вверх; 2 — наклон вправо; 3 — выпрямиться, руки вверх; 4 — и. п. То же влево. По 3 раза 4.«Развесим белье» И. п.: ноги врозь, руки к груди, согнуть в локтях, кисти свободно; 1—2 — наклон вперед, руки вперед, пальцы рук соединить; 3—4 — и. п. 4-6 раз 5.«Вынем покупки из сумки» И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз; 1—2 — присесть; 3-4 — и. п., руки вперед. 4-6 раз  6.«Все успели, молодцы!»  И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. Выполнить 8 подскоков, одновременно хлопая в ладоши перед собой. Черед. подскоки с ходьбой. 2-3 раза | Подв. игра с реч. сопровожд. «Как у нашей мамы руки».  *Как у нашей мамы руки*  *Никогда не знают скуки:* (Сжимают руки в кулачки, бьют поперем. кулачками друг о друга сверху вниз). *Моют, гладят, и стирают, и квартиру убирают.* (Выполняют наклоны вниз, руки от груди вниз к носкам ног). *Легкие как птицы руки-мастерицы.* (Ставят руки в стороны, выполняют взмахи руками вверх-вниз). *Руки приголубят, руки приласкают,* (Гладят обеими руками себя по голове). *Ласково обнимут, с нами поиграют*. (Обним. себя за плечи). *А теперь, мои друзья, вашей мамой буду я.* (Шагают на месте*). Буду с вами я играть, Своих деток забавлять*. (Хлопают в ладоши). *Мячик в руки я беру, Начинаю я игру.* ***(И.*** берет мяч в руки. Кидает мяч поочередно каждому ребенку).  Ребенок, кидая мяч обратно ***И***., говорит ласковое слово для своей мамы. Например: моя мама самая добрая... красивая... нежная... ласковая… | «Солнышко и дождик».  Дети образуют круг, берутся за руки. В центре круга стоит ***И***, в руках у него зонт. ***И*** произносит текст, одновр. дети, взявшись за руки, идут по кругу:  *В гости, солнышко, ты приходи, чтобы мамин денек засиял! Тучки с неба скорей убери, дождик спрячь, чтоб он нас не догнал!*  После этих слов ***И*** подает команду «Солнышко!», дети идут гулять по площадке. По команде ***И*** «Дождик!» дети бегут и прячутся под зонтом, который раскрывает ***И***. | Игра мал. подв.«Каравай».  Дети образуют круг, в центре круга находится водящий — «каравай». Все берутся за руки, идут по кругу, ***И***  произносит слова:  *Как на день Восьмое марта испекли мы каравай, Испекли мы каравай. Мама, мама, принимай наш подарок — каравай, в чашки чай всем наливай! Чаю с мамой мы попьем, танцевать потом пойдем.* По окончании слов дети ставят руки на пояс, выставляют попеременно на носок и на пятку пр. и лев. ногу поочередно. Водящий - «каравай» выбирает игрока, который танцует лучше всех. Он становится новым водящим. |
| 3.1 | **Инвентарь:** по 2 султанчика на каждого, 2 шнура, по мячу и обручу на количество детей в подгруппе | Построение в колонну по одному, перестроение в пары с помощью воспитателя. Дети идут ⅔ круга, затем ходьба врассыпную и бег врассыпную. Построение в 3 колонны. | 1. И.п.: ноги на ширине ступни, султанчики в обеих руках внизу. Поднять через стороны вверх, помахать, вернуться в и.п. 5 р. 2. И.п.: то же, султанчики в обеих руках у груди. Присесть, постучать палочками о пол, встать, вернуться в и.п. 5 р. 3. И.п.: ноги на ширине плеч, султанчики в обеих руках за спиной. Наклон вперёд, помахать вправо – влево, выпрямиться, убрать султанчики за спину. 4 р. 4. И.п.: ноги на ширине ступни, султанчики в обеих руках внизу. Прыжки на месте на 2-х ногах в чередовании с ходьбой 2 р. | Подгруппами. Из шнуров ручеёк, встать близко согнуть немного ноги в коленях, прыгнуть на две ноги. Поворот – прыжок. 4 р. Дети второй подгруппы берут мячи из обруча, прокатывает, бегут за ними, кладут обратно в обруч. | «Воробушки и автомобиль».  Границы площадки отмечаются флажками. На одном конце площадки на скамейках воробушки. На другом конце обозначается место для автомобиля – гараж. Автомобиль – ***И***. «Воробушки вылетают из гнезда!» - говорит ***И***. и дети начинают бегать в разных направлениях, подняв руки в стороны. Появляется автомобиль. Воробушки пугаются и улетают в гнезда. Автомобиль возвращается в гараж. | Игра малой подвижности. «Тишина»  *Тишина у пруда,*  *Не колышется вода,*  *Не шумят камыши,*  *Засыпайте малыши.*  Дети идут в колонне по одному. После слов дети останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза. Тот, кто пошевелится, встаёт в конце колонны. |
| 3.2 | предметное окружение. Из чего и для чего.  Продукты питания.  **Инвентарь:** маска кошки, веревка (длина 4—5 м) или резинка для вдевания.  На площадке для игры обозначается линия (длина 3,5—4 м). | *Однажды наша Маша варила дома кашу.*  *Кашу сварила, в кашу масло положила.*  *Молока налила, кашу с маслом запила.*  *Ешьте, дети, утром кашу, будете как Маша наша:*  *Здоровыми, сильными, крепкими, красивыми!* | ОРУ «Мы - сильные».  1.«Крепкие руки»  И. п.: ноги слегка расставить, руки согнуты в локтях, прижаты к бокам - кулачки у плеч. Руки с силой вытянуть вверх, кулачки не разжимать. И. п. 5 раз  2.«Мы — сильные»  И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, руки вниз. И. п. Наклон — выдох. 4-5раз  3.«Крепкие ноги»  И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Слегка сгибать и выпрямлять ноги («пружинка»). С третьего занятия предложить подниматься на носки. После 3—4-х движений отдых. 3-4 раза  4.«Отдохнем»  И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. 3—4 раза потопать правой, потом левой ногой; сделать 6—8 подпрыгиваний. Чередовать с ходьбой. 3 раза.  5.«Мы — молодцы»  И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. И. п., на выдохе произнести «а-а-ах». 3-4 раза | Подв. игра с речевым сопров. «Оладушки».  Дети образуют круг, встают лицом в центр круга на некотором расстоянии др. от др. ***И*** находится в центре круга, читает текст, показывает движения, которые вместе с ним повторяют дети. *Ой, ладушки, ладушки, ладушки,* (Выполняют «пружинку», руки на пояс) *На кухне бабуля пекла оладушки.* (Выполняют повороты влево - вправо, руки к плечам).  *Сметаной и маслом оладьи поливала,* (Выполняют наклоны влево - вправо, руки на пояс). *Малым детушкам оладьи подавала,* (Выполняют два наклона вперед, руки вперед — в стороны).  *1.2.— Маше,* (Хлопают в ладоши)  *1,2— Саше*, (Хлопают себя по коленям, слегка наклонившись вперед).  *3,4— Оле, 3,4- Коле.* (Хлопают в ладоши).  *Ох, вкусны оладушки у нашей бабушки*! (Хлопают себя по коленям, слегка наклонившись вперед). | «Курочка-хохлатка». ***И***. играет роль курицы, дети – цыплят. Один ребёнок, более активный – кошка. Кошка садится на стул в сторонке. ***И***. ходит с детьми по всей площадке и говорит:  *Вышла курочка – хохлатка, с нею жёлтые цыплятки,*  *Квохчет курочка: «Ко – ко, не ходите далеко».*  Приближаясь к кошке, ***И***. говорит:  *На скамейке у дорожки улеглась и дремлет кошка…*  *Кошка глазки открывает и цыпляток догоняет.*  Кошка открывает глаза, мяукает и бежит за цыплятами. Они убегают в другую сторону, где чертой обозначен их дом. Кошка не ловит цыплят, ***И***. защищает их, разводит руки в стороны, говорит: «Уходи, кошка, не дам тебе цыплят!». Затем назначается новая кошка. | Игра мал. подв.«Котик к печке подошел».  Дети образуют круг, берутся за руки. ***И*** становится в круг вместе с детьми.  *Котик к печке подошел, котик к печке подошел.* (Идут по кругу, взявшись за руки). *Горшок каши он нашел, горшок каши там нашел,* (Идут по кругу в др. сторону, взявшись за руки).  *А на печке калачи, ох, вкусны и горячи!* (Останавливаются, поворот лицом к центру круга, хлопают в ладоши).  *Пироги в печи пекутся,* (Выполняют наклон вперед, руки вперед, ладони вверх).  *Они в руки не даются.* (Выпрямляются, прячут руки за спину). |
| 4.1 | **Инвентарь:** по 2 флажка на каждого, 6 брусков мяч | Построение в шеренгу, перестроение в пары с помощью воспитателя. Ходьба 1 круг, затем ходьба врассыпную и бег врассыпную. | 1. И.п.: ноги на ширине ступни, флажки в обеих руках внизу. Поднять вверх, скрестить, постучать палочками др. о др., опустить. 5 р. 2. И.п.: ноги на ширине ступни, флажки у плеч. Присесть, вынести флажки вперёд, встать, вернуться в и.п. 5 р. 3. И.п.: стоя на коленях, флажки внизу, поднять вверх, помахать вправо – влево, вернуться в и.п. 5 р. 4. И.п.: ноги слегка расставлены, флажки внизу. Прыжки на месте на 2-х ногах в чередовании с ходьбой 2 р.   Дети садятся на места. | 1. Влезание   (не пропуская реек) на наклонную лестницу, закреплённую на третьей снизу перекладине. Большие пальцы внизу, остальные – сверху. 2 р. **Страховка.**   1. Бруски в 2 ряда, расстояние между ними 25 см. Перешагивают двумя колоннами. | «Мой весёлый, звонкий мяч»  Дети сидят на стульях в 1 стороне зала. ***И***. становится перед ними и выполняет упражнение с мячом. Он показывает, как высоко прыгает мяч, если отбивать его рукой, при этом приговаривая: *«Мой весёлый, звонкий мяч, ты куда помчался вскачь? Красный, жёлтый, голубой – не угнаться за тобой!»* Затем ***И***. вызывает 2-3 детей, предлагая им попрыгать одновременно с мячом, и повтор.упражн.. Закончив, он произносит: «догоню!». Малыши перестают прыгать и убегают от ***И***. который делает вид, что ловит их. | Ходьба в колонне по одному. |
| 4.2 | здоровейка. Береги своё здоровье | *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!* | ОРУ «Надо чисто умываться по утрам и вечерам».  1.«Чистые ладошки»  И.п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Одну руку вперёд, повернуть ладонью вверх. Верн. в и.п. то же др. рукой. По 3 раза  2.«Стряхнём водичку»  И.п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Руки вверх, круговые движения кистью – «стряхиваем водичку». Руки на пояс. 4-5 раз  3.«Помоем ножки»  И.п.: ноги врозь, руки за спину. Наклон вперёд, хлопнуть 2 раза по коленям, сказать «моем чисто», руки за спину. Ноги в коленях не сгибать. 4-5 раз  4.«Мы – молодцы!»  И.п.: ноги слегка расставить, руки вниз. 8-10 подпрыгиваний, 8-10 шагов. Прыгать легко, мягко. 2-3 раза  5.«Чтобы чистым быть всегда, людям всем нужна…(вода)»  И.п.: ноги врозь, руки на пояс. Подняться на носки, развести руки в стороны, вдох носом, опуститься на всю стопу, руки на пояс, на выдохе произнести «вода-а-а». 3-4 раза | Подв. игра с речевым сопровожд. «Не хотим мы больше спать»  Дети образуют круг, в центре него – ***И.***  *Мы проснулись рано утром*, (Шагают на месте) *Потянулись бодро, шумно* (Поднимаются на носки, руки через стороны вверх) *Чтобы сон ушёл, зевнули,*  *Головой слегка тряхнули.* (Наклоны влево - вправо, руки к плечам) *Разбудил нас бег на месте* (Бег на месте) К ванне побежали вместе. (Выполняют «пруж.», руки на поясе).  *Умывались и плескались. Зубы вычистить пытались* (Круговые движения ладонями рук около лица). *Причесались аккуратно* (Гладят ладонями голову от макушки к вискам)  *Приоделись все опрятно*  (Выполняют руками 2 движения: от груди вниз опускают руки к бёдрам, пальцы рук сжаты в кулачки).  *Не хотим мы больше спать. Будем весело играть! (*Выполн.«пруж.», хлоп. в ладоши). | «Пузырь». Дети стоят вплотную по кругу, взявшись за руки. Вместе с ***И***. они говорят*: «Раздувайся пузырь! Раздувайся большой! Оставайся такой, да не лопайся».* Произнося стихи, дети постепенно расширяют круг. Когда ***И***. скажет – «Пузырь лопнул», все дети опускают руки, и хором говорят «Хлоп!» и присаживаются на корточки. ***И***. предлагает надуть новый пузырь: дети встают, снова образуют маленький круг, игра возобновляется. | Игра мал. подв. «Хоровод».  Дети образуют круг, берутся за руки, идут вместе с ***И.***хороводом, читая стихи.  *За руки друзей возьмём, хоровод наш заведём. Мы старались, умывались, вытирались, причесались.*  *А теперь нас ждёт обед – борщ, компот и винегрет.*  *А потом мы ляжем спать на уютную кровать.*  Дети останавливаются, кладут руки под щёчку ладонь на ладонь – «засыпают». |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **АПРЕЛЬ** | | | | | | |
| № | Орг.момент, подготовка, пособия | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
| ОРУ | ОВД | П.и. |
| 1.1 | **Инвентарь:** 2 скамейки, 2 дуги | ***Развлечение «Весёлая семейка»*** | | | | |
| 1.2 | В гости к нам весна пришла  **Инвентарь:** 2 шнура по 5-6 м; пластмассовый или бумажный цветок высотой 20-25 см |  | ОРУ «Бегут ручьи, кричат грачи». 1. «Солнце поднимается, день прибавляется» И. п.: ноги врозь, руки внизу; 1 — руки вверх — в стороны, подняться на носки; 2 — и. п. 4-6 раз  2. «Медведь проснулся, в берлоге потянулся» И. п.: ноги слегка расставить, руки перед грудью; 1 — руки в стороны — потянулись; 2 — и. п. 4-6 раз  3. «Кончились метели, грачи прилетели» И. п.: ноги врозь, руки внизу; 1 — наклон вперед, голову приподнять, руки в стороны; 2 — и. п. 5-6 раз  4. «Тает снежок, побежал ручеек» И. п.: ноги слегка расставить, руки согнуть в локтях, прижать к бокам, ладони вниз; 1 — присесть, руки вперед, ладони вниз; 2 — и. п. 5-6 раз  5. «Воробьи чирикают, через лужи прыгают» И. п.: ноги вместе, руки внизу; 1 — прыжок, ноги врозь, руки в стороны; 2 — и. п. После 6— 8 прыжков ходьба на месте. 2—3 раза.  6. «Налетел ветерок, он опять принес снежок» И. п.: ноги слегка расставить, руки вперед; 1 — «пружинка», руки взмахом перевести назад; 2 — и. п. 5-6 раз | Подвижная игра с речевым сопровождением «Собирайся, детвора!».  Дети образуют круг, поворачиваются лицом в центр круга.  *Мы весною в лес пришли, хоровод наш завели.* (Идут по кругу, взявшись за руки (хороводом). *Собирайся, детвора! Весна зовет: «Гулять пора!»* (Хлопают в ладоши). *Будем по лесу гулять,* (Шагают на месте). *Свежим воздухом дышать.* (Останавливаются, поднимают руки вверх — в стороны, делают вдох носом; опускают руки вниз, выдох ртом). *На носочках по тропинке друг за другом мы пойдем.* (Поворот вправо друг за другом, идут на носочках, руки на поясе). *В маленькие лужицы не наступим, обойдем*. (Идут друг за другом, высоко поднимая колени, руки за спину). *Встали елки на пути. Нам их нужно обойти. Идите, дети, осторожно: О ветки уколоться можно*. (Идут змейкой друг за другом.) *Вот сороки пролетели, им, сорокам, не до сна! Трещат сороки-белобоки: — весна идет! Идет весна!* (Легко бегут по кругу на носочках, плавно взмахивая руками вверх-вниз). *За весною вслед пойдем, Хоровод мы заведем.* (Идут по кругу, руки (хоровод), взявшись за руки). *Будем петь и танцевать — весну-вёснушку встречать*. (Останавливаются, поднимают руки вверх. Затем выполняют поклон - наклоняются вниз, опускают руки вниз). | «Перепрыгни через ручеек».  На площадке обозначают линиями (двумя чертами на песке или мелом на асфальте) или выкладывают шнурами (веревками, скакалками) «ручеек» длиной 3,5—4 м: с одного конца ручеек узкий (ширина 30 см), с другого конца — широкий (50—60 см).  Дети строятся в колонну по одному за узким концом «ручейка». Дети потоком один за другим перепрыгивают через «ручеек», продвигаясь от узкого края к широкой части. ***И***. отмечает тех детей, кто сумел перепрыгнуть «ручеек» в самой широкой его части, не наступив при этом на огранич. линии. Примечание. Дети перепрыгивают «ручеек» не боком, а лицом вперед, встав напротив «ручейка» и поставив носки ног к ограничительной линии. | Игра малой подвижности «Кому дать?».  Дети встают в круг, берутся за руки. ***И.*** встает в хоровод вместе с детьми. В середине круга находится ребенок с цветком (пластмассовым или бумажным, высота цветка 20—25 см). По команде ***И.*** дети начинают двигаться в хороводе по кругу, проговаривая текст:  *Встали дети в кружок, увидали цветок. Кому дать, кому дать? Кому цветок передать?*  Дети останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга. Водящий с цветком в руке указывает на одного из детей. Передает ей цветок и при этом говорит: «Даю цветок Тане». В середину круга выходит Таня с цветком — это новый водящий. Игра продолжается. |
| 2.1 | **Инвентарь:** 2-3 скамейки, на них по 2 кубика на каждого, 2 шнура. | Построение в шеренгу, проверка осанки. Ходьба и бег в колонне с остановкой по сигналу. Построение около скамеек с кубиками. | Показ ребёнком и.п. с объяснением ***И.*** Подойти к скамейке, встать боком, наклониться, взяться 2-мя руками за края, перекинуть ногу и сесть верхом так, чтобы не задеть кубики.   1. И.п.: сидя верхом, ноги согнуты в коленях, руки у плеч. Наклон вправо, положить кубик на пол сбоку, выпрямиться. То же влево. Наклон вправо (влево) – взять. Вернуться в и.п. 4 р. 2. И.п.: то же, кубики в обеих руках внизу. Встать, поднять кубики через стороны вверх, сесть, вернуться в и.п. 4 р. 3. И.п.: то же, кубики перед собой, руками хват сбоку. Поднять прямые ноги и опустить. 5 р. 4. И.п.: стоя боком к скамейке, ноги вместе, кубики в опущенных руках. Прыжки на месте на 2-х ногах вдоль скамейки в чередовании с ходьбой 2 р. Дети кладут кубики в указанной место и садятся на стулья. | Двумя колоннами по одному по двум скамейкам высотой 25 см дети идут. На расстоянии 1 м от скамеек лежат по 3 шнура – ручейка (10 см между ними), через которые дети перепрыгивают на двух ногах, приземляясь на носочки. | «Лошадки»  Дети делятся на 2 равные группы. Одни изображают лошадок, другие – конюхов, у которых в руках вожжи. На 1стороне зала (это луг) очерчивается конюшня, где находятся лошадки, на другой – места для конюхов. ***И***. : *«Конюхи, вставайте скорей, запрягайте лошадей!».* По этому сигналу конюхи бегут к конюшне и запрягают лошадей. Каждый выбирает себе лошадь сам или по указанию ***И***. Лошадки убегают, а конюхи их ловят. Запряжённые лошадки выстраиваются друг за другом и по сигналу едут тихо, бегут рысью или бегут вскачь. На слова ***И***. «Приехали, распрягайте лошадей» - конюхи останавливают лошадок, распрягают и отпускают пастись на луг, а сами возвращаются на свои места. Игра повторяется 3-4 раза. |  |
| 2.2 | ждём к себе мы в гости птиц |  | ОРУ «Ждем к себе мы в гости птиц».  1.«Птиц встречаем, в гости приглашаем»  И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз; 1-2 - через стороны руки вверх, помахать, посмотреть на руки; 3—4 — через стороны вниз. 4-6 раз  2.«Повесим кормушки»  И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз; 1 — правую в сторону, пальцы соединить, посмотреть; 2 — левую в сторону; 3 — правую опустить; 4 — левую опустить. Выполнять в 1 плоскости на уровне плеча. 5р  3.«Насыплем корм»  И. п.: ноги врозь, руки за спину; 1—2 — наклон, руки вперед, пальцами выполнять «крошащие» движения, сказать «гули-гули»; 3—4 — и. п. 5-6 раз  4.«Где же вы, птички?»  И. п.: ноги врозь, руки на пояс; 1 — поворот вправо, посмотреть I назад; 2 — и. п.; 3 — поворот влево; 4 — и. п. Ноги не сдвигать, не сгибать. 3-4 раза  5.«Прилетели птички к нам!»  И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс; 1 — присесть, касаясь руками пола, смотреть вперед; 3 — и. п. 5-6 раз  6.«Прыгают птички, птички-невелички»  И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз, кисти перпендикулярно; 8—10 подпрыгиваний, продвигаясь в произвольном направлении. Черед. прыжки с ходьбой. 2-3 р | Подв. игра с реч. сопров. «Птички».  Дети образуют круг, встают на некотором расстоянии друг от друга лицом в центр.  *Как на этой на неделе наконец-то прилетели* (Выполняют «пруж.», руки на поясе). *Наши верные друзья — очень шумная семья* (Кружатся на месте, руки на пояс*). Хлопотливых птиц-грачей. Мы идем встречать гостей*. (Присаживаются на корточки, руки вниз). *Как они, хотим летать, дружно, весело играть. Мы летаем, мы летаем, свои крылья поднимаем*.(Стучат пальчиками по сапожкам. Встают, машут руками вверх-вниз). *В птичьем вальсе мы кружимся,* (Хлопают в ладоши). *И на землю мы садимся.* (Идут по кругу друг за другом).  *Червячков мы поклюем и опять летать начнем.* (Бегут по кругу друг за другом). | «Птицы и кошка».  ***И.*** очерчивает на площадке круг. За кругом находят дети — это «птички». В центре круга водящий — «кошка». Водящий сидит на корточках с закрытыми глазами — «кошка спит». По сигналу ***И.*** (удар в бубен) «птички» начинают прыгать на двух ногах из круга в круг, летать — бегать на носочках внутри круга. По второму сигналу ***И.*** «кошка» просыпается и начинает ловить «птичек». «Птички» стараются улететь от «кошки» за черту — в свой дом.  Примечание. «Кошка» ловит «птичек» только внутри круга. | Игра мал. подв. «Куда спряталась птичка».  Дети врассыпную располагаются возле ***И.*** , присаживаются на корточки, закрывают глаза. ***И.*** в пределах площадки прячет резиновую или пластмассовую птичку и произносит:  *Детки, на ноги вставайте, глазки быстро открывайте, искать птичку начинайте!*  Дети выполняют действия в соответствии с текстом, ищут на площадке птичку. Тот из детей, кто первым найдет игрушку, становится следующим водящим. |
| 3.1 | **Инвентарь:** Мячи по количеству детей, 2 доски, большой шнур | Построение в шеренгу, проверка осанки, в колонне по одному, по сигналу идут кто куда хочет, используя всё пространство зала. Ходьба и бег. Повтор. Построение в круг с мячами. | 1. И. п.: ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках у груди. Поднять мяч вверх, опустить. 5 р. 2. И. п.: то же. Присесть и покатать мяч от ладони к ладони. Встать, вернуться в и.п. 5 р. 3. И. п.: сидя на пятках, мяч перед собой на полу. Прокатить мяч вокруг себя влево – вправо 3 р. 4. И. п.: лёжа на спине, мяч в обеих руках у груди. Поочерёдное сгибание-разгибание ног – жучки. 4 р. 5. И. п.: ноги вместе, мяч в обеих руках у груди. Прыжки на двух ногах с поворотом вокруг себя в чередовании с ходьбой на месте 2 р. | 1. И. п.: ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках перед собой. По сигналу «бросаем», дети подбрасывают мяч перед собой, смотря на него, и ловят. Упавший мяч поднимают только по команде. 2. Дети друг за другом ползут по двум скамейкам, опираясь на ладони и колени. | «Лягушки».  Посредине площадки кладут толстый шнур в форме круга. Группка детей располагается по краю круга, остальные садятся на стулья, расставленные по одной стороне площадки. Вместе с детьми, сидящими на стульях, ***И***. говорит:  *Вот лягушки по дорожке скачут, вытянувши ножки.*  *Ква - ква, ква – ква – ква! Скачут, вытянувши ножки.*  Дети, стоящие по кругу, подпрыгивают, изображая лягушек. По окончании стихотворения дети, сидящие на стульях, хлопают в ладоши (пугают лягушек); лягушки прыгают в болотце – перепрыгивают через черту – и присаживаются на корточки. При повторении игры дети меняются ролями. | Ходьба в колонне по одному |
| 3.2 | Деревья. |  | ОРУ «В парке».  1. «Шагаем в парк»  И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. Шагать, высоко поднимая колени, руками выполнять энергичные взмахи вперед-назад. После 4—6 шагов остановка, пауза. 3-4 раза  2.«Свежий воздух»  И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину; 1 — поднять через стороны руки вверх — в стороны, приподняться на носки, вдох; 2 — через стороны руки за спину, опуститься на всю стопу. 4-6 раз  3.«Посмотритесь в лужицы»  И. п.: ноги врозь, руки вниз; 1 — наклон, посмотреть вниз, руки в стороны — назад, ноги не сгибать; 2 — и. п. 5-6 раз  4.«Деревья качаются»  И. п.: ноги врозь, руки на пояс; 1 — наклон вправо — «подул ветер»; 2 — и. п.— «крепко стоит дерево». То же влево. По 3 р  5.«Спрячемся за кусты»  И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс; 1 — присесть, руками обхватить колени, голову опустить вниз; 2 — и. п. 5-6 раз  6.«Елка, береза, дуб»  И. п.: о. с, руки к плечам; 1 — «пружинка», поворот головы вправо; 2-й. п.; 3 — «пружинка», голову опустить вниз; 4 — и. п.; 5 — «пружинка», поворот головы влево; 6 — и. п. После двух повторений руки вниз; пауза. 2 р | Подв. игра с реч. сопров. «Мы весною в лес пришли».  Дети образуют круг, бер. за руки др. с др.  *Мы весною в лес пришли, хоровод наш завели.* (Идут по кругу, взявшись за руки (хороводом). *Я — осинка, ты — дубок, Я — березка, ты — кленок*. (Останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга, стучат кулачками др. о др.) *Свежий ветер прилетел, по ветвям прошелестел.* (Поднимают руки через стороны вверх, качают руками из стороны в сторону (вправо - влево). *За сосну он зацепился, Сразу стих, остановился*. (Присед., обхватывают руками колени). *Чей там хвост мелькнул за елкой, Неужели злые волки?* (Поворачивают туловище вправо-влево, руки на поясе). *Это - рыжая лисица, летит меж елок будто птица.* (Выполняют «пружинку», руки на поясе). *Пойдемте, дети, по тропинке. Вот это — кустики малинки*. (Идут по кругу др. за др.,руки вниз). *Вы их, дети, не топчите, малину, дети, берегите!* (Идут с выс. подним.колен., руки за спину). *Посмотрите, между кленов показался дом зеленый.* (Хлопают в ладоши). *Вышли прямо мы к детсаду, нас встречают, все нам рады!* (Руки от груди разводят в стороны с небольшим наклоном туловища вперед). | «Кто быстрее соберется у своего дерева».  ***И.*** делит группу детей на три звена, по 4—5 человек каждое. Звенья строятся за определенными деревьями (например, за тополем, березой и дубом). Деревья должны быть располож. на расст. 3—3,5 метров друг от друга. ***И.*** предлагает кажд. звену запомнить свое дерево. По сигналу ***И.*** «В парк, на прогулку!» дети врассыпную разбегаются по всей площадке. На сигнал «Быстро к деревьям!» дети в звеньях занимают свои места за определенными деревьями.  Примечания. 1. Если на участке нет деревьев, можно исполъз. плоскостные изображения | Игра мал. подвижн. «Елка, береза, дуб».  Дети строятся в колонну по 1, после слов ***И.*** начинают двигаться по кругу др.за др.:По дорожке мы идем и деревья узнаем!По команде ***И.*** «Елка!» дети останавливаются, поднимают руки в стороны — вниз; по команде «Береза!» дети останавливаются, поднимают руки вверх, слегка покачивают руками вправо-влево; по команде «Дуб» прыжком ставят неги на ширину плеч, руки — в кольцо перед грудью. Тот из детей, кто ошибся в выполнении команд ***И.***, отходит в сторону от играющих. Побеждают 2—3 самых внимательных игрока. |
| 4.1 | **Инвентарь:** 2 пирамидки, 2 лесенки, 2 доски, 2 флажка на подставке. | Построение в шеренгу. Под чёткие, медленные удары в бубен, дети идут в колонне по одному, под быстрые – бегут. Чередование. Повтор. | 1. И. п.: ноги на ширине ступни, руки опущены. Поднять руки через стороны вверх, опустить. 5 р. 2. И. п.: то же, руки за спиной. Присесть, коснуться пальцами носков ног. Встать, вернуться в и.п. 5 р. 3. И. п.: стоя на коленях, руки на поясе. Наклон вправо (влево), вернуться в и.п. По 3 раза в каждую сторону. 4. И. п.: Лёжа на животе, руки согнуты в локтях перед собой. Поочерёдное сгибание – разгибание ног. 4 р. 5. И. п.: ноги вместе, руки на поясе. Прыжки на двух ногах с поворотом вокруг себя в чередовании с ходьбой на месте. 2 р. | 1. Подготовленным ребёнком показ: влезание на наклонную лесенку – обхват руками (большой палец внизу) рейки лесенки и влезть, не пропуская перекладины. Выполнение по двое.  2. Ходьба по доске, руки на поясе. 2 р. | «Скворечники»  В разных местах зала кружочки выкладываются из шнура. Это скворечники. В каждом помещается одна пара скворцов, число играющих нечётное. Один скворец остаётся без скворечника. Дети, изображая скворцов, бегают – летают по площадке в разных направлениях. По сигналу ***И***. «Скворцы прилетели!» - дети бегут в скворечники. Дети могут занимать любые кружки. Один опоздавший остаётся без места и считается проигравшим. | Игра малой подвижности «Раки»  *Тики-таки, тики-таки, ходят в нашей речке раки. Ходят задом наперед, ищут раки в речке брод,*  *Стали раки воду пить — выходи, тебе водить!* Играющие разбираются по парам, становятся по кругу. Каждый в паре поворачивается спиной друг к другу и подает руки. С началом текста все пары двигаются в одном направлении по кругу так, что первый в паре идет прямо по направлению движения и ведет за руки второго, идущего задом наперед (это рак). По окончании текста игра повторяется со сменой направления. |
| 4.2 | МОНИТОРИНГ | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **МАЙ** | | | | | | |
| № | Орг.момент, подготовка, пособия | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
| ОРУ | ОВД | П.и. |
| 1.1 | **Инвентарь:** Кольца от кольцеброса по количеству детей, 2 скамейки, 6-8 шнуров, обручи на подгруппу. | Построение в шеренгу, затем, с помощью воспитателя, завести круг. Ходьба ½ круга, бег полный круг. Остановка, поворот в др. сторону. Повтор. Построение в кругу с кольцами. | 1. И. п.: Ноги на ширине ступни, кольцо в правой руке. Поднять кольцо вверх, переложить в левую руку, опустить руки через стороны вниз. 4 р. 2. И. п.: то же, кольцо в обеих руках у груди. Присесть, вынести кольцо вперёд, руки прямые, вернуться в и.п. 5 р. 3. И. п.: стоя на коленях, кольцо в правой руке. Повернуться вправо (влево), положить кольцо у носка правой (левой) ноги. Поворот, взять кольцо, вернуться в и.п. По 3 раза в каждую сторону. 4. И. п.: ноги вместе, руки на поясе, кольцо на полу. Прыжки на двух ногах вокруг кольца в чередовании с ходьбой на месте. 2 р. Дети вешают кольца на стойку и садятся на стулья. | 1. Дети встают в 2 шеренги напротив скамеек и по одному с каждой шеренги выполнят упражнение после показа 2-мя детьми. Со скамейки сходить, а не спрыгивать. **Страховка!** 2. На расстоянии 2 м от скамеек положить шнуры с расстоянием между ними 30-40 см. Дети перепрыгивают через шнуры на двух ногах.. | «С кочки на кочку» (прыжки).  Дети стоят в одной стороне площадки. ***И***. раскладывает на полу обручи на расстоянии 20 см др. от др. По сигналу ***И***. дети переходят на другую сторону зала, переступая из обруча в обруч.  *Указания:* Когда дети научатся перешагивать хорошо с кочки на кочку, можно предложить им перебираться на другую сторону, перебегая из кружка в кружок, или перепрыгивая на двух ногах. | Малоподвижная игра «Где спрятался мышонок?» |
| 1.2 | насекомые.  **Инвентарь:** разноцветные ленточки (длина 20—25 см, ширина — 2-4 см) на колечках (d=4—5 см) — по 2 на каждого ребенка. | *Над полянкой, над цветами кружит пестрый хоровод.*  *Это — бабочки-летуньи ждали лета целый год.*  *Они пыльцу с цветов собрали, нектар попили, полетали,*  *Под лепесточки спать легли до самой утренней зари.* | ОРУ «Бабочки».  1.«Крылышки вверх-вниз»  И. п.: ноги слегка расставить, ленточки у плеч. Ленточки вверх; посмотреть на них. Верн. в и. п. 5 раз  2.«Бабочки собирают пыльцу с цветочков»  И. п.: ноги врозь, ленты за спину. Наклон вперед; взмахи лентами вправо-влево (2—3 раза). Вернуться в и. п., ленты за спину. 5 раз  3.«Бабочки прячутся под лепестками»  И. п.: ноги слегка расставить, руки с лентами в стороны. Присесть, ленточки на живот — спрятать их, голову опустить. Верн. в и. п. 5 р  4.«Бабочкам весело»  И. и.: ноги слегка расставить, ленты вниз. Легкое подпрыгивание и встряхивание лентами. Чередовать с ходьбой после 6—8 движений. 3 р  5.«Какие красивые бабочки»  И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны; подняться на носки, глубокий вдох носом. Верн. в и. п., на выдохе произнести «а-а-ах». 3-4 р | Подв. игра с реч.сопр. «Друзья помогли».  Дети встают в круг на некотором расстоянии др. от др., ***И.***находится в центре круга.  *От друзей муравьишка отстал. Ой-ой-ой, ой-ой-ой!* (Выполняют наклоны влево - вправо, руки на пояс).  *Ножку он подвернул и упал. Ай-ай-ай, ай-ай-ай.* (Приседают, руки на колени).  *Травкой ножку свою обмотал. В муравейник скорей побежал,* (Выполняют 2—4 наклона вперед, руки вниз). *Ну а солнце за лес уж зашло. Ох-ох-ох!* (Выполняют «пружинку», хлопают в ладоши). *Стало сразу так страшно, темно.*  *Ах-ах-ах, ах-ах-ах!*  *Хорошо, что друзья помогли, Муравьишку домой принесли* (Кружатся на носочках в левую или правую сторону, руки на пояс).  *Мо-лод-цы!* (Останавливаются, поднимают руки в стороны — вверх). | «Пчелки и ласточка».  Площадка для игры ограничена линиями, флажками или кеглями. В центре площадки очерчивается круг — это гнездо «ласточки». Водящим - «ласточкой» становится сначала ***И.***. Остальные дети располагаются по всей площадке - это «пчелки». По сигналу ***И.*** дети - «пчелки» начинают летать по всей площадке, тихо напевая вместе с ним:  *Пчелки летают, медок собирают! Зум-зум-зум! Зум-зум-зум!*  «Ласточка» сидит в своем гнезде и слушает их песенку. По окончании песенки «ласточка» говорит:  *Ласточка встанет, пчелок поймает*.  С последним словом «ласточка» вылетает из гнезда и ловит «пчел». Когда «ласточка» поймает 1—2 «пчелок», игра прекращается. | Игра малой подвижности «Веселые бабочки».  Дети встают в круг, берутся за руки вместе с ***И.***. Идут хороводом по кругу под слова ***И.***:  *Веселые бабочки летают, резвятся.* (2 раза) Идут все вместе к центру круга по сигналу:  *Потом на цветочки тихонько садятся.* (2 раза)  Идут в обратную сторону, назад от центра круга на слова ***И.***:  *Пыльцу собирают, крылья отряхают.* (2 раза)  Вновь идут хороводом по кругу:  *Потом они снова над полем летают. Над полем летают, кружатся, порхают.* |
| 2.1 | **Инвентарь:** 2 лесенки, 2 доски, 6 коротких шнуров, цветные ленты (для игры). | Построение в шеренгу. Показ перешагивания через шнуры – не задевая. Ходьба с перешагиванием в колонне по одному. Бег врассыпную. Повтор. | 1. И. п.: ноги на ширине ступни, руки опущены. Поднять руки через стороны вверх, хлопок в ладоши, опустить. 5 р. 2. И. п.: сидя, ноги прямые, руки в упоре сзади. Подтянуть ноги к себе, согнув в коленях, вернуться в и.п. 5 р. 3. И. п.: стоя на коленях, руки на поясе. Наклон вправо (влево), вернуться в и.п. 3-4 р. 4. И. п.: лёжа на спине, ноги прямые, руки вдоль туловища. Поворот на живот. При повороте руки поднять вверх, в момент переворота на живот – опустить, вернуться в и.п. 3-4 р. 5. И. п.: ноги вместе, руки на поясе. Прыжки на двух ногах в чередовании с ходьбой на месте. 2 р. | Влезание на наклонную лестницу по трое, затем эти дети идут по доске. Далее выполнение по трое другими детьми. | «Обезьянки»  Дети сидят или стоят неподалёку от лесенки - стремянки или гимнастической стенки. ***И***. говорит, что сегодня они будут учиться лазить, как обезьянки, и предлагает 2-3 детям взобраться на 3-4 рейку (дерево) за фруктами или орехами. Затем надо спуститься. потом поднимается другая пара, а остальные дети наблюдают. | Ходьба в колонне по одному. |
| 2.2 | Цветочные фантазии.  **Инвентарь:** 3 малых обруча (d=50 см) красного, желтого и синего цвета, кегли, кубики  **Инвентарь:** цветок-колокольчик из пластмассы или картона (высота 15 см). | *По полянке в жаркий день летом нам гулять не лень;*  *Свежим воздухом дышать и цветочки собирать.*  *Цветочки все разные — голубые, красные.*  *Соберем букет большой, а потом пойдем домой.* | ОРУ «Разноцветная полянка»  1.«Цветочки качаются от ветерка»  И. п.: ноги врозь, руки вниз. Взмахи руками вперед-назад - дует ветерок; после 4—6 движений отдых — «ветерок спит». 3-4 раза  2.«Цветочки тянутся к солнышку»  И. п.: ноги врозь, руки к плечам. Руки вверх; пошевелить пальцами. Вернуться в и. п. 5 раз  3.«Цветочки растут»  И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Присесть, руки вниз — «маленькие цветочки»; встать. Вернуться в и. п., выпрямиться, приподнять голову — «цветочки растут». 5 раз  4.«Дождик на цветочки кап-кап-кап»  И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. 8—10 подпрыгиваний - «сильный дождик»; 8—10 шагов — «дождик кончается». Прыгать легко, мягко. Дыхание произвольное. 2-3 раза  5.«Соберем букет большой»  И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, подняться на носки, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнеси «большой». 3-4 раза | Подв. игра с речевым сопр. «Колокольчик».  Дети образуют круг, встают на некотором расстоянии др. от др. ***И.*** находится в центре  *Дон-дон-дон,— колокольчик звенит*. (Хлопают в ладоши).  *Ля-ля-ля,— что-то он говорит.* (Притопт-ают ногами, руки вниз) *Динь-динь-динь,— наклоняет головку.* (Выполняют «пруж.» одновременно с покачиванием головы вперед). *Бом-бом-бом,— Растрепал всю прическу.*  (Поглаживают волосы обеими руками).  *Дзынь-дзынь-дзынь,—*  *Солнцу он улыбнулся*. (Выполняют повороты влево - вправо, руки на пояс). *Дили-дон,— Наконец-то проснулся. (*Поднимают руки вверх — в стороны, лицо подставляют солнцу). | «Найди свой цветок».  ***И.*** зрительными ориентирами — кеглями, — обозначает площадку для игры (5x5 или 6x6 м). На площадке, в разных ее углах, ***И.*** кладет по одному обручу — это цветы. ***И.*** делит детей на 3 команды, команды встают у указанного ***И.*** обруча-цветка, берутся за руки. Звучат слова ***И.***  *Вот полянка! Что за диво! Здесь чудесно и красиво! Много разных здесь цветов. Разноцветных лепестков!*  *Будем с ними веселиться, бегать, прыгать и кружиться.*  Дети отходят от обручей-цветов, бегают, прыгают, кружатся на месте на игровой площадке. По команде ***И***.: *«Раз-два-три — Цветок свой найди!»* — Дети бегут к своим цветам, встают вокруг обручей, берутся за руки. Игра повторяется. | Игра малой подвижности «Где растет колокольчик?».  ***И.*** заранее перед занятием прячет цветок (втыкает его в землю) на игровой площадке.  Дети встают врассыпную около ***И.*** который говорит детям, что на полянке растет много красивых цветов, а найти им надо колокольчик:  *Колокольчик где растет? Кто скорей его найдет? По полянке вы ходите, колокольчик вы ищите!* Дети расходятся по всей площадке, ищут цветок. Ребенок, нашедший колок-к первым, приносит его ***И.***  Примечания. 1. Педагог перед прогулкой в группе показывает детям цветок.   1. По мере необходимости ***И.*** помогает детям найти колокольчик (посмотрите за деревом, за скамейкой). |
| 3.1 | **Инвентарь:** платочки по количеству детей, 4 доски, 2 куба высотой 30 см, 2 флажка на подставке, 4 дуги, мешочки с песком на подгруппу. | Построение в шеренгу, перестроение в пары с помощью воспитателя. Ходьба парами по залу (по углам стоят ориентиры). После прохождения полного круга команда к бегу врассыпную. Ходьба в колонне по одному, дети берут платочки, перестроение в круг. | 1. И. п.: ноги на ширине ступни, платочек в обеих руках у груди. Выпрямить руки вперёд, показать платок, вернуться в и.п. 5 р. 2. И. п.: ноги на ширине плеч, платок в обеих руках внизу. Поднять платок вперёд, наклон и мах платком вправо – влево, выпрямиться, поднять платок вверх (повесили сушить), опустить руки, вернуться в и.п. 5 р. 3. И. п.: ноги на ширине ступни, платок в обеих руках внизу. Присесть, платок вперёд (спрятались), встать, вернуться в и.п. 5 р. 4. И. п.: на коленях, сидя на пятках платок в обеих руках внизу. Встать на колени, поворот в право (влево), платок в прямых руках, вернуться в и.п. 4 р. 5. И. п.: ноги вместе, платок в правой руке, левая на поясе. Прыжки на двух ногах с поворотом вокруг себя в чередовании с ходьбой на месте. 2 р. Дети держат платки за уголки перед собой, ***И.*** их собирает. | Перестроение в 2 колонны. Подняться по одной наклонной доске, спуститься по другой, допрыгать до флажка на двух ногах, обойти флажок, вернуться в конец колонны. | «Кто дальше бросит мешочек?»  Дети стоят по одну сторону площадки за начерченной линией или лежащей на полу верёвкой. Каждый из играющих получает мешочек. По сигналу ***И***. все дети бросают мешочек вдаль. Каждый внимательно следит за тем, куда упадёт его мешочек. По следующему сигналу все дети бегут за мешочками, поднимают их и становятся на то место, где лежал мешочек. Дети поднимают двумя руками мешочек над головой. ***И***. отмечает детей, которые бросили мешочки дальше всех. Затем возвращаются на исходные места. Повтор 6-7 раз.  Указание: игру проводить по подгруппам. Бросать мешочки дети должны правой и левой рукой. | Ходьба в колонне по одному. |
| 3.2 | Жители водоёмов  **Инвентарь:** 3 карточки (20x20 см) с изображениями: рыбок, камней и водорослей |  | ОРУ «Рыбка, рыбка, озорница». 1.«Рыбка всплывает, воздух вдыхает»  И. п.: ноги врозь, руки к плечам, кисти рук сжать в кулаки; 1 -руки вверх, ладони соединить, посмотреть, потянуться; 2 - и. п. 5—6 раз.  2.«Рыбка-озорница плавает в водице»  И. п.: ноги слегка расставить, руки согнуть в локтях, ладони вниз, пальцы рук касаются друг друга; 1-3 - выполнить 3 движения «брасс» (руки вытянуть вперед, развести в стороны, вернуться в и. п.); 4 — и. п. 3-4 раза  3.«Рыбка хвостиком вильнула, перед нами промелькнула»  И. п.: ноги врозь, руки вниз; 1 - наклон вперед, выполнить два маховых движения обеими руками вперед-назад; 2 - и. п. 4- р  4.«Солнце на небе сияет, рыбка с лучиком играет»  И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс; 1—7 — наклон вперед, вправо, назад, влево, вперед — вращение; 8 — и. п. После двух повторений пауза.. 4—6 раз.  5.«Рыбка спряталась в воде, не найдем ее нигде»  И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз; 1 — присесть, голову наклонить к коленям, руки на затылок, пальцы рук в замок; 2- и. п. 5—6 раз.  6.«Рыбка плавает, резвится, прыгает она в водице»  И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс; 1—3 — выполнить три обычных подпрыгивания; 4 — подпрыгнуть вверх как можно выше. После 2—3 повторений пауза, ходьба на месте. 4—6 раз. | Подв.. игра с реч. сопров. «На речке»  Дети образуют круг, встают на некотором расстоянии др. от др., поворачиваются лицом в центр круга.  1,2,3,4,5 к речке мы идем гулять. (Шагают на месте). Мы хотим увидеть рыбок, и лягушек, и улиток. (Хлопают в ладоши). В речке будем мы купаться, и нырять, и кувыркаться (Выполняют «пруж.», руки на поясе). Быстро поплывем, как рыбки, Все движенья — без ошибки. (Обеими руками имитируют плавание «брасом»).  Мы по берегу потом  Как улитки поползем. (Идут по кругу в полуприседе, руки на колени). Как лягушки мы поскачем, словно легкий, звонкий мячик.(Прыгают на двух ногах по кругу друг за другом, руки на пояс).А потом мы отряхнемся,  (Останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга, поднимают руки в стороны, встряхивают кисти рук). Дружно за руки возьмемся, В детский садик мы вернемся. Берут др. др. за руки, идут по кругу хороводом. | «Невод».  Дети врассыпную располагаются на площадке (примерно 5x5 м), границы которой четко ограничены чертами) — это «пруд». По считалке выбираются двое водящих, они берутся за руки — это «невод». Все остальные дети — «рыбки», которые плавают в пруду. По сигналу ***И.*** (удар в бубен) «рыбки» начинают двигаться по площадке в произвольных направлениях. Водящие - «невод» стараются поймать как можно больше «рыбок». Пойманные «рыбки» присоединяются к «неводу». Когда на площадке останутся не пойманными меньше половины детей группы, игра прекращается. | Игра малой подвижности «Самый внимательный».  Дети встают рядом в круг, поворачиваются друг за другом. Рядом с кругом встает ***И.*** , так чтобы его видели все дети. В руках у него 3 карточки (20x20 см) с изображениями: рыбок, камней и водорослей. По сигналу педагога (удар в бубен) дети начинают движение по кругу друг за другом. Педагог поочередно показывает карточки с изображениями:  1. Рыбки — медленно бегут по кругу, руками выполняется движение «брасс»;  2. Камни — дети приседают, обхват. колени руками, голову наклоняют к коленям;  3. Водоросли — дети останавливаются, поднимают руки вверх и покачивают руками из стороны в сторону.  Тот из детей, кто ошибается в выполнении команды, становится рядом с педагогом. Победителями считаются 1—2 самых внимательных игрока. |
| 4.1 | 2 стойки, шнур, 4-5 кубиков, доска шириной 20 см. | Построение в шеренгу. Первому ребёнку красный кубик, последнему – жёлтый. Ходьба в колонне по одному за ведущим, поворот и ходьба за другим ведущим (с жёлт. кубиком). Бег врассыпную. | 1. И. п.: ноги на ширине ступни, руки опущены вдоль туловища. Поднять руки через стороны, хлопнуть в ладоши, опустить, вернуться в и.п. 5 р. 2. И. п.: ноги на ширине плеч, руки за спиной. Наклон, касание руками носков ног, выпрямиться, вернуться в и.п. 5 р. 3. И. п.: лёжа на спине, руки вдоль туловища. Попеременное сгибание – разгибание ног (жучки). 3 р. 4. И. п.: ноги вместе, руки свободно опущены вдоль туловища. Прыжки на двух ногах в чередовании с ходьбой на месте. 2 р. | Натягивание шнура между стойками (высота 40 см), на расстоянии 1 м 2 доски, на которых на расстоянии шага расставлены кубики. Дети присаживаются на корточки, подлезают без касания с выпрямлением 3-4 раза. Затем идут др. за др. по доске, перешагивая через кубики попеременно пр. и лев. ногой. | «Береги предмет»  Дети становятся в круг. У ног каждого из них лежит кубик. ***И***. находится в кругу, он старается взять предмет то у одного, то у другого ребёнка. Играющий, к которому приближается ***И.*** приседает, закрывает кубик руками и не даёт до него дотронуться. Как только ***И***. отходит, ребёнок встаёт, оставляя кубик на прежнем месте. | Ходьба парами. |
| 4.2 | Игры с водой  **Инвентарь:** бумажные кораблики (поделки оригами) по количеству детей.  Бумажные кораблики (поделки оригами) могут сделать дети подготовительной к школе группы; 2 таза с водой | *Маленький кораблик из бумаги белой.*  *Я его сегодня вместе с мамой сделал.*  *Мы пойдем на речку — быструю, глубокую.*  *Пусть плывет кораблик далеко-далеко.* | ОРУ «Бумажные кораблики».  1.«Выше кораблик»  И. п.: ноги слегка расставить, кораблик опушен вниз, держать двумя руками. Кораблик поднять вверх, посмотреть, опустить, сказать «вниз». 5 раз  2.«Вот он»  И. п.: ноги врозь, кораблик держать двумя руками перед грудью. Наклон вперед; кораблик вперед, сказать «вот он». И. п. Ноги не сгибать. 5 раз  3.«Пусть кораблик плывет по реке» И. п.: ноги слегка расставить, кораблик опущен вниз, держать двумя руками. Присесть; выполнить 3—4 движения влево - вправо — «плывет кораблик». Вернуться в и. п., выпрямиться, потянуться. 5 раз  4.«Прыгаем высоко, кораблик видим далеко»  И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс, кораблик поставить на землю около ног. Подпрыгивание вокруг кораблика на двух ногах; 8—10 шагов со взмахом рук. 3 раза  5.«Далеко уплыл кораблик»И. п.: ноги врозь, кораблик опущен вниз, держать двумя руками. Кораблик вперед-вверх; подняться на носки, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «далеко-о-о». 3-4 раза | Подв. игра с речевым сопровожд. «На пляже».  Дети встают в круг на некотором расстоянии др.от др.. ***И.***находится в центре круга.  *Пришли на пляж мы загорать, нырять, купаться и играть.* (Выполняют «пруж.», руки на пояс). *Руки солнцу подставляем,*  *Носик кверху задираем,* (Поднимают лицо и руки вверх). *В песочек теплый мы играем и вдаль кораблики пускаем*. (Приседают, руками внизу выполняют плавные движения влево – вправо). *Водичкой теплой обливаемся и полотенцем вытираемся*. (Встают, хлопают в ладоши). *Ручкой по водичке —*  *Плюх, плюх, плюх!* (Стучат кулачками др. о др.). *Ножкой по песочку — Тук-тук-тук!* (Шагают на месте). *Плаваем мы быстро —* *1.2.3!* (Выполняют повороты влево - вправо, руки на пояс). *По водичке чистой. Посмотри!* (Выполняют наклоны влево - вправо, руки на пояс). *Загорали мы, купались, а потом домой собрались.* (Хлопают в ладоши). *Всё!* (Поднимают руки вверх — в стороны) | «Принеси кораблик».  Дети находятся на одной стороне площадки. На противопол. стороне на расстоянии 3—4 м расклад. бумажные кораблики (на расстоянии 25—35 см друг от друга). ***И.*** предлагает кому-либо из детей добежать до игрушки, взять 1 и принести ему. ***И.*** хвалит ребенка, рассматривает игрушку и просит отнести ее обратно. Затем то же задание выполн. др. ребенок. Игру можно усложнить, предложив добежать до бумажных корабликов по дорожке (длина 3—4 м), обозначенной линиями или цветными шнурами. Расстояние между линиями 25—30 см. Затем играют одновременно все дети. | Игра мал. подв. «Бум, кораблики».  ***И.*** ставит тазы с водой на игровой площадке на расстоянии В—1,5 м друг от друга. Поочередно по 4 человека к каждому тазу ***И.***приглашает детей и предлагает им пускать по воде бумажные кораблики, потрать с водичкой. Через 2—3 минуты ***И.*** приглашает поиграть с водой тех детей, которые еще не участвовали в игре.  Можно прочитать детям стишок:  *Мы в тазу кораблики пускаем. Далеко они не уплывают.*  *Мы им плавать помогаем, далеко не упускаем.* |