

Планирование образовательной деятельности

Младший дошкольный возраст.

Месяц: Декабрь.

Тема: «Вместе встанем в хоровод – дружно встретим Новый Год!»

Цель: Формирование у детей младшего дошкольного возраста физических качеств (быстрота, сила, выносливость); умения сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Тема недели	1 неделя. <i>«Зимой много есть чудес, всё вызывает интерес»</i>	2 неделя. <i>«Трудно птицам зимовать – надо птицам помогать»</i>	3 неделя. <i>«В сказочном царстве, в сказочном государстве»</i>	4 неделя. <i>«Новый Год стучится в дверь, открывай ему скорей»</i>
Задачи	Упражнять детей ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу ФИ; в прокатывании мяча между предметами; в умении группироваться при лазании под дугу.	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре; в сохранении равновесия при ходьбе по доске, положенной на пол, сохраняя правильную осанку.

<p>I часть вводная</p>	<p>«Сказочные снежинки». Ходьба и бег в колонне по одному. Ходьба и бег в рассыпную по всему залу. Перестроение к ОРУ (со снежинками).</p>	<p>«Воробышки». Ходьба в колонне по одному. На сигнал инструктора: «Воробышки полетели» - дети выполняют бег в рассыпную, махая руками, как крылышками. Ходьба и бег проводятся в чередовании.</p>	<p>«Волшебный клубок». Ходьба в колонне по одному. Ходьба с заданием (по сигналу - дети останавливаются). Бег в колонне по одному. Бег с заданием.</p>	<p>«Зимние забавы». Ходьба в колонне по одному. Ходьба в рассыпную (в разные концы зала). Бег в рассыпную. Ходьба и бег чередуются.</p>
<p>II часть основная</p>	<p>ОРУ со снежинками (см. приложение комплексов ОРУ). Основные виды движений. 1) <i>Равновесие.</i> «Пройди – не задень». Кубики (6-8 штук) расставлены в две линии, а на них лежат снежинки, на расстоянии 40 см друг от друга. Дети двумя колоннами выполняют ходьбу между кубиками, руки держать свободно (повторить 2-3 раза). 2) <i>Прыжки.</i> На одной стороне зала на полу лежат снежинки. Дети</p>	<p>ОРУ с кубиками (см. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.41). Основные виды движений. 1) Прыжки со скамейки (высота 20 см) на мат. повторить 2-3 раза. 2) Прокатывание мяча друг другу (расстояние 2м). Исходное положение – стойка на коленях. По сигналу инструктора дети прокатывают мячи (по 4-5 раз). <i>Подвижная игра</i> (с прыжками) «Воробышки и кот». Повторить 2-3</p>	<p>ОРУ с мячом (см. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.40). Основные виды движений. 1) Прокатывание мяча между предметами (5-6 кеглей) на расстоянии 50-60 см. Повторить 2 раза. 2) Ползание под дугу (высота 50см) «Проползи и не задень!» Повторить 2 раза. <i>Подвижная игра</i> «Догони и принеси волшебный клубок». Повторить 3-4 раза.</p>	<p>ОРУ без предметов (см. комплексы в конспекте физкультурного инструктора). Основные виды движений. 1) Ползание вверх по наклонной доске (высота 50см), на коленях и на ладонях. Повторить 3-4 раза. 2) Равновесие. «Пройдем по мостику». Дети выполняют ходьбу по доске, боком приставным шагом, держа руки на поясе.</p>

	<p>становятся на другой стороне зала в одну шеренгу на исходную линию. По команде, дети выполняют прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (примерно 16 прыжков) до своей снежинки. Повторить 1 раз. <i>Подвижная игра «Снежинки».</i> Повторить 2 раза.</p>	<p>раза.</p>		<p>Повторить 3-4 раза. <i>подвижная игра «Бегите ко мне».</i> Повторить 2 раза.</p>
<p>III часть заключительная</p>	<p>Ходьба в колонне по одному. <i>Игра малой подвижности «Найдем снежинку».</i> Повторить 2 раза</p>	<p>Игра малой подвижности «Угадай кто позвал?». Повторить 1 раз.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>	<p>Игра малой подвижности «Найди, что спрятано». Ходьба в колонне парами.</p>
<p>Игровые упражнения. Подвижные игры.</p>	<p>Равновесие – «Пройти по дорожке», «Перешагни через кочку». Прыжки – «Подпрыгни до снежка».</p>	<p>Прыжки – спрыгивание со скамейки (высота 20см). Подвижные игры с прыжками и бегом</p>	<p>Подлезание – «Пролезь в норку, лисята!» (высота 40-50см). С мячом – «Прокати и догони мяч».</p>	<p>Подвижные игры «Поровненькой дорожке», «Лягушки». Игровые упражнения с мячом.</p>

Досуги (спортивные развлечения). Спортивное развлечение **«Путешествие веселого снеговика»**