

Планирование образовательной деятельности

Месяц: Декабрь.

Средний дошкольный возраст.

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

Цель: Всестороннее и гармоничное развитие различных двигательных навыков и умений.

Тема недели	1 неделя <i>«Зимой много есть чудес, всё вызывает интерес».</i>	2 неделя <i>«Трудно птицам зимовать – надо птицам помочь».</i>	3 неделя <i>«В сказочном царстве, в сказочном государстве».</i>	4 неделя <i>«Новый год стучится в дверь, открывай ему скорей».</i>
Задачи:	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать координацию движений в прыжках через препятствие.	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонну по одному, в рассыпную, по сигналу остановиться и принять какую-либо позу. Развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	Закреплять умения детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по сигналу менять направление. Учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнения на равновесие.
I часть вводная	<i>«Зимние чудеса».</i> Ходьба и бег в колонне по одному, обозначая повороты на углах зала. Ходьба и бег	<i>«Перелёт птиц».</i> Ходьба и бег в колонне по одному. Построение детей в шеренгу. Рассчитаться	<i>«Там на неведомых дорожках».</i> Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег	<i>«Новогодняя сказка».</i> Ходьба и бег в колонне по одному. Ходьба и бег, меня направление, по

	<p>врассыпную. По сигналу перестроение в колонну по одному в движении с поиском своего места.</p>	<p>на синичек и воробышков. Сделать шаг вперёд «синичке» и взять за руку рядом стоящего «воробышка». Ходьба парами в обход зала. По команде бег врассыпную.</p>	<p>врассыпную, по сигналу остановиться и принять какую-либо позу.</p>	<p>сигналу инструктора.</p>
<p>II часть основная</p>	<p>ОРУ со «снежками» (см. Пензулаева «Физическая культура в детском саду (средняя группа) стр.48). Основные виды движений. 1) Равновесие. Ходьба по шнуру, положенному прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. Длина шнура 2м. повторить 2 раза. 2) Прыжки через 4-5 брусков (снежный вал), помогая себе взмахом рук (высота бруска 6 см). Повторить 2 раза. <i>Подвижная игра «Зимние превращения» (на подобии игры «Море волнуется»).</i></p>	<p>ОРУ без предметов (см. Пензулаева, стр. 52). Основные виды движений. 1) Прыжки со скамейки (высота 20 см) на резиновую дорожку. Повторить 6-8 раз. 2) Прокатывание мяча между предметами (поставленные в ряд макеты птиц). Повторить 3 раза. <i>Подвижная игра «Птички и кошка».</i></p>	<p>ОРУ с малым мячом (см. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр. 50). Основные виды движений. 1) Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 1.5 м (способ - двумя руками снизу). Повторить 8-10 раз. 2) Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Повторить 2-3 раза. <i>Подвижная игра «Пастух и стадо».</i></p>	<p>ОРУ со «Снежинками» (см. Пензулаева стр 55). Основные виды движений. 1) Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков скамьи. Повторить 2-3 раза. 2) Равновесие. Ходьба по наклонной доске боком приставным шагом, вверх и вниз, держа руки на поясе (высота 30 см от пола). Повторить 2-3 раза. <i>Подвижная игра «Веселые гномы».</i></p>

III часть заключительная	<i>Игра малой подвижности «Найди спрятанный снежок».</i> Ходьба в колонне по одному.	<i>Игра малой подвижности «Угадай кто позвал».</i>	<i>Игра малой подвижности « Где спрятался волшебный клубок?»</i>	<i>Ходьба в колонне по одному.</i>
Игровые упражнения.	Ходьба и бег, высоко поднимая колени «Идём по снежным сугробам».	Ходьба и бег между предметами; прыжки через бруски на двух ногах (высота 6 см).	Перебрасывание мячей друг другу разными способами – двумя руками снизу, из-за головы (расстояние 1,5 м).	Ходьба по скамейке с мешочком на голове. Ползание по- прямой, с опорой на ладони и стопы («по- медвежьему»).
ОД на свежем воздухе	Задачи: упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу инструктора. 1 часть. Ходьба и бег в колонне по одному между двух «Снежных баб» за инструктором. 2 часть. Игровые упражнения. «Весёлые снежинки». Дети разбегаются по всей площадке. На сигнал: «Ветер подул, закружил снежинки!» - дети кружатся в разные стороны на месте, на сигнал: «Ветер стих!» - останавливаются. Повторить 3-4 раза.	Задачи: повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках. 1 часть. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий для рук (на пояс, в стороны, за голову). Бег по площадке с перешагиванием через снежные валы. 2 часть. Игровые упражнения. «Не попадись». Прыжки на двух ногах в круг и из круга по мере приближения водящего. Повторить 2 раза. Подвижная игра «Найди	Задачи: упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска. 1 часть. Ходьба в колонне по одному вдоль площадки. Бег в рассыпную по площадке. 2 часть. Игровые упражнения. «Кто дальше бросит снежок?» В руках у каждого играющего мешочек (белого цвета, круглый). Дети встают в 3 шеренги. Каждая шеренга по команде инструктора выходит на исходную линию, и	Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; в равновесии между предметами. 1 часть. Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между предметами, поставленными в одну линию (кегли 6-8 тук) на расстоянии 0,5 м. 2 часть. Игровые упражнения. «Не задень». Ёлочки (кегли украшенные мешурой), поставлены в шахматном порядке, дети колонной по

	<p>«Кто быстрее до снеговика». Дети встают вокруг снеговика на расстоянии 2-3 м. У каждого в руках два снежка. По команде дети бегут к снеговику и кладут снежки около него, возвращаются на исходную линию.</p>	<p>себе пару». Повторить 3 раза.</p>	<p>дети метают мешочки как можно дальше (по 3-4 раза). Подвижная игра «Лошадки». Повторить 3 раза</p>	<p>одному (или двумя колоннами) проходят на носках, стараясь не задеть ёлочки. Повторить 2-3 раза. Подвижная игра «Сказочный домик» (см. «Сборник подвижных игр» стр.22)</p>
--	--	--------------------------------------	--	--

Праздники, досуги. Физкультурный досуг *«В тридевятом царстве».*