

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад  
общеразвивающего вида №5 «Колокольчик» города Котельнича Кировской области

**Принята:**

на Педагогическом Совете  
МКДОУ д/с №5 «Колокольчик»  
протокол № 1 от 30.10.2019 г.

**Утверждена:**



директор МКДОУ д/с №5 «Колокольчик» /Е.С.Кручинина/  
Приказ № 52-а от 30.08.2019 г.

## Дополнительная образовательная программа

### «Островок здоровья»

по формированию здорового образа жизни

*у детей в возрасте от 4 до 7 лет*



**Авторы-составители программы:**

Воспитатели: Лесковская Светлана Валентиновна

Юдинцева Вера Анатольевна

Орлова Любовь Евгеньевна

Департамент образования Кировской области  
Кировское областное государственное образовательное автономное  
учреждение дополнительного профессионального образования  
(повышения квалификации)

«Институт развития образования Кировской области»

### ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ № 23

1. **Объекты экспертизы:** Дополнительная образовательная программа «Островок здоровья» по формированию здорового образа жизни у детей в возрасте от 4 до 7 лет

2. **Инициатор экспертизы:** Лесковская Светлана Валентиновна, воспитатель, Юдинцева Вера Анатольевна, воспитатель, Орлова Любовь Евгеньевна, воспитатель, Перминова Ольга Николаевна, старший воспитатель МКДОУ детский сад общеразвивающего вида № 5 «Колокольчик» города Котельнича Кировской области

3. **Цель экспертизы:** выявить соответствие представленного документа существующим требованиям к программе и возможности использования в практике работы ДОУ

4. **Сроки выполнения:** декабрь 2013 г.

5. **Методы экспертной деятельности:** изучение и анализ представленной программы на соответствие требованиям, предъявляемым к документам подобного рода

6. **Содержание экспертной деятельности:**

Представленная программа «Островок здоровья» для детей 4 - 7 лет разработана на основе материала, полученного в процессе многолетней работы педагогов с детьми, приоритета оздоровительной работы ДОУ, запросов родителей и направлена на обучение дошкольников здоровью, воспитанию здорового поведения и поведенческих навыков здорового образа жизни через кружковую работу. Дошкольный возраст рассматривается авторами как наиболее благоприятный на создание устойчивой положительной мотивации к сохранению и укреплению личного здоровья.

Программа имеет четкую структуру: пояснительную записку, включающую цель, задачи, направления работы, структуру занятий, учебно-тематический план и перспективное планирование занятий для каждого



возраста, диагностику с целью выявления уровня сформированности знаний, умений и навыков культуры здоровья дошкольников, список литературы. Предложенная система занятий позволит дошкольникам быть активными участниками процесса своего оздоровления – приобретать знания о здоровье и способах его укрепления, что способствует развитию навыков сознательного отношения к своему здоровью. Комплексы занятий включают в себя не только общеразвивающие упражнения, но и элементы оздоровления (дыхательная гимнастика, релаксация) и познавательные (элементарные знания о спорте, пользе занятий физическими упражнениями и играми и др.). В работе широко используется наглядность, а также такие педагогические приемы, как чтение художественной литературы, дидактические игры, игровые задания, игры-беседы, которые позволяют детям в доступной и интересной форме осваивать знания о здоровье и способах его укрепления, формировать мотивы поведения.


В программе представлены разнообразные формы сотрудничества с семьями воспитанников, предусматривающие обратную связь для обсуждения достижений и трудностей детей, оказания помощи в вопросах приобщения к здоровому образу жизни.

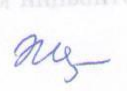
**7. Вывод:** Данная программа может быть использована педагогами дошкольного учреждения для работы с детьми в ДОУ.

**8. Дата:** 5.12.2013 г.

Председатель экспертного  
совета ИРО Кировской области:  Т.В. Машарова, ректор ИРО  
Кировской области, к.п.н.

Секретарь экспертного совета:  Р.А. Прилукова

Член экспертного совета:  Е.В. Арасланова, зав. кафедрой  
дошкольного, к.п.н.

Экспертное заключение  
подготовил:  Л.И. Жербанова, ст. преподаватель  
кафедры дошкольного  
образования

# Содержание программы

1. Пояснительная записка
  - Направленность программы
  - Особенности программы
  - Цель и задачи
  - Принципы
  - Ожидаемые результаты
2. Тематический план
3. Содержание работы с детьми
4. Методическое обеспечение
5. Список литературы
6. Приложения

## Пояснительная записка

Все чаще и чаще в средствах массовой информации, из уст педагогов, медиков, родителей звучат вопросы, связанные с проблемами здоровья детей, так как в последние годы заметно возросло количество детей

имеющих отклонения в здоровье. Здоровье ребенка зависит от ряда факторов: биологических, экологических, социальных, гигиенических, а также от качественного взаимодействия семьи и ДОО. Именно в период дошкольного детства происходят важные процессы становления личности ребенка, формирование его способностей, стойкого интереса к занятиям физической культурой и спортом, навыков здорового образа жизни и на этой основе – создание прочного фундамента здоровья.

Таким образом, актуальность решения данной проблемы обусловлена многими причинами, которые учитывались при разработке дополнительной образовательной программы "Островок здоровья" по воспитанию у дошкольников осознанного стремления к здоровому образу жизни:

- увеличение числа детей, поступающих в ДОО, с проблемами физического и психического развития, нуждающихся в комплексном подходе к улучшению их здоровья;
- формирование в данном возрасте мотивации к сохранению собственного здоровья;
- удовлетворение потребности детей в физических упражнениях по интересам;
- поиск возможностей получения максимального оздоровительного эффекта в процессе занятий физкультурой.

Программа «Островок здоровья» разработана на основе рекомендаций М.Л. Лазарева, В.Г. Алямовской, Т.Э. Токаевой и предусматривает систему работы по формированию культуры ЗОЖ у детей дошкольного возраста.

### **Программа «Островок здоровья» имеет свои особенности:**

1. Система мероприятий программы направлена на повышение сопротивляемости детского организма и поддержание иммунитета ребенка.
2. Программа имеет развивающий характер, то есть, ориентирована на постепенно усложняющееся обучение и развитие детей в процессе овладения навыками самооздоровления.
3. В основе программы лежит система формирования навыков здоровьесбережения ребенка, которая ориентирована на создание психического, физического и духовного здоровья ребенка.
4. Формирование навыков здоровьесбережения осуществляется в совместной деятельности воспитателя и детей и продолжается в ходе режимных моментов.
5. Реализация программы осуществляется в тесном взаимодействии с родителями.

Программа является дополнительной, выходит за рамки общеобразовательной программы ДОО через предоставление дополнительных образовательных услуг по формированию здорового образа жизни.

**Цель программы** – сохранение и укрепление здоровья дошкольников на основе формирования убеждений и привычки к здоровому образу жизни.

## **Задачи, направленные на достижение цели:**

- совершенствование практических навыков к сохранению и укреплению собственного здоровья;
- формирование знаний о здоровье и здоровом образе жизни;
- воспитание бережного и заботливого отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- развитие мотивационных установок по профилактике и предупреждению заболеваний.

## **Основные принципы, на которых базируется программа:**

- целостность содержания предусматривает охват всех сторон оздоровительной работы, их совокупность, взаимосвязь;
- системность. Работа проводится в течение всего учебного года при гибком распределении содержания;
- последовательность содержания предполагает постепенную подачу материала от простого к сложному, увеличение объема знаний и привычек здорового образа жизни;
- дифференцированный подход: учёт возрастных особенностей, создание благоприятной среды для усвоения норм и правил здорового образа жизни каждым ребёнком.

**Программа рассчитана** для работы с детьми от четырёх до семи лет. Срок реализации 3 года. Занятия проводятся во вторую половину дня в физкультурном зале или групповой комнате. Количество детей от 12 до 15 человек. Для детей среднего возраста проводится два занятия в неделю продолжительностью до 20 минут, для детей старшей группы проводятся два занятия в неделю продолжительностью до 25 минут, для детей подготовительной группы проводятся два занятия в неделю продолжительностью до 30 минут. **Полный курс состоит из 70 занятий.**

Материал программы разделен на 3 блока, по темам:

1. « **Я человек**» - направлен на развитие знаний, умений и навыков о себе, как человеке.
2. « **Я открываю мир движений**» - направлен на развитие знаний, умений и навыков основных двигательных качеств.
3. « **Я учусь охранять свою жизнь и здоровье**» - направлен на формирование основных правил жизнедеятельности человека, его здоровья.

На реализацию каждой темы отводится **8 занятий**, что обеспечивает более прочное приобретение знаний, умений и навыков. Основные темы периодически повторяются и усложняются в связи с возрастом детей:

**1 год (средняя группа)** детей знакомят с внешними частями тела, дают представление о способах выражения своих состояний с помощью мимики и жестов, формируют ценностное отношение к своему телу, дают знания об основных правилах заботы о своем теле, дают представление о физических качествах человека, знакомят с примерами достижений физического

совершенства из детской литературы и музыкальных произведений, способами профилактики заболеваний – самомассажем, закаливанием, с правилами дыхания. Показывают необходимость использования мыла и воды для поддержания чистоты своего тела и здоровья в целом, формируют представления детей о здоровье и нездоровье.

**2 год (старшая группа)** у детей расширяют знания о себе, знакомят с разными видами закаливания, дыхательной и коррекционной гимнастикой. На примерах литературных героев показывают способы заботы о своем здоровье, организме. Расширяют представление ребенка о значении физических упражнений в жизни и здоровье человека, знакомят с некоторыми правилами выполнения физических упражнений, с правилами использования спортивного инвентаря, со способами развития двигательных способностей человека, закрепляют способы сохранения своего здоровья, формируют представления о правилах личной безопасности в быту и в различных жизненных ситуациях.

**3 год (подготовительная группа)** происходит более глубокое изучение способов бережного отношения человека к своему телу, о здоровье человека, о сохранении целостности органов. Рассказывают о человеческих качествах: аккуратность, чистоплотность, воспитанность и др. Уточняют представление о технике выполнения движений, формируют эстетическое отношение к миру движений, закрепляют основные правила личной безопасности.

**Организация и проведение занятий имеет следующую структуру:**

**Вводная часть** направлена на мотивирование на здоровый образ жизни, через беседы и занимательные разминки.

**Вариативная часть** изменяется в зависимости от темы и направлена на практикум - на обучение массажу, дыхательной гимнастике, занятия на тренажерах. Значительное место отведено таким упражнениям, как: гимнастика для глаз, общеразвивающие упражнения, массаж или самомассаж (спины, рук, ног), упражнения для коррекции осанки, пальчиковые игры, весёлые тренинги, речевые игры, психогимнастические этюды, физкультминутки, психологические и дыхательные упражнения.

**Заключительная часть** направлена на эмоциональный настрой, в нее входят подвижные и малоподвижные игры.

В каждой возрастной группе материал распределяется одинаково по месяцам на три блока, делится на темы и подтемы, но усложняются задачи в зависимости от возраста/ см. приложение №1/.

**Примерное распределение материала по темам для детей средней группы:**

Средняя группа			
№	Месяц	Тема / Задачи	Кол-во часов

1.	<b><u>Сентябрь</u></b> «Я – человек». «Строение тела». «Гигиена тела». «Я – человек».	<b><u>«Я человек»</u></b> -формировать представление о себе как отдельном человеке; -познакомить с внешними частями тела; -учить ценить свое тело, знать основные правила заботы о нем; -формировать представление детей о своём появлении на свет.	8
2.	<b><u>Октябрь</u></b> «Школа мяча». «Школа обруча».	<b><u>«Я открываю мир движений»</u></b> -познакомить с основами человеческой двигательной культуры, её эталонами (представлениями о параметрах движения, понимание их значимости, использования в зависимости от целевой установки, исходном положении, последовательности выполнения упражнения, о способах управления своими «живыми движениями»; -иметь представления о физических качествах человека - силе, ловкости, гибкости, выносливости, быстроте).	8
3.	<b><u>Ноябрь</u></b> «Один дома». «Опасные предметы». «Правила дорожного движения». «Ребенок и природа».	<b><u>«Я учусь охранять свою жизнь и здоровье»</u></b> -формировать представления детей о здоровье и нездоровье; - познакомить детей со способами профилактики заболеваний - самомассажем, закаливанием, с правилами дыхания, чередования активного движения и отдыха; - провести беседы о безопасности жизнедеятельности ребёнка.	8
4.	<b><u>Декабрь</u></b> «Руки и уход за ними». «Ноги и уход за ними». «Уши и уход за ними». «Язык». «Для чего нужен язык».	<b><u>«Я – человек»</u></b> -продолжить идентифицировать свое имя с собой; -устанавливать связи между строением органа и его назначением.	8
5.	<b><u>Январь</u></b> «Школа гимнастической скамейки». «Школа скакалки».	<b><u>«Я открываю мир движений»</u></b> -учить выделять главный элемент приложения своих физических сил; - понимать зависимость между целью движения, исполнением и результатом (чтобы далеко прыгнуть, следует сильнее оттолкнуться и правильно приземлиться)	6
6.	<b><u>Февраль</u></b> «Один дома». «Опасные предметы». «Правила дорожного движения». «Ребенок и природа».	<b><u>«Я учусь охранять свою жизнь и здоровье»</u></b> -рассказывать об охране здоровья; - беседовать о правилах личной безопасности в быту и в разных жизненных ситуациях; - знать номер пожарной охраны-01.	8



7.	<b>Март</b> «Зубы и уход за ними». «Глаза и уход за ними». «Нос и уход за ним». «Что нам надо кушать».	<b>«Я – человек»</b> -продолжить идентифицировать своё имя с собой; - продолжать устанавливать связи между строением органа и его назначением; - учить бережному отношению к своим органам; -формировать представление детей о необходимых телу человека веществах и витаминах.	8
8.	<b>Апрель</b> «Школа гимнастической палки». «Школа футбола».	<b>« Я открываю мир движений»</b> -учить сравнивать разные физические упражнения; -устанавливать способ развития двигательного качества.	8
9.	<b>Май</b> «Один дома». «Опасные предметы». «Правила дорожного движения». «Ребенок и природа».	<b>«Я учусь охранять свою жизнь и здоровье»</b> -рассказать о правилах первой помощи в различных жизненных ситуациях, о правилах дорожного движения.	8

**Примерное распределение материала по темам  
для детей старшей группы:**

№	Старшая группа		
	Месяц	Тема / Задачи	Кол-во часов
1.	<b>Сентябрь</b> « Я – человек». «Строение тела». «Гигиена тела». «Я – человек».	<b>«Я человек»</b> - расширять знания ребенка о себе, своем имени, фамилии, возрасте, наследственных особенностях организма, телосложении, походке; -сформировать представление у детей о здоровом сне и пище.	8
2.	<b>Октябрь</b> «Школа мяча». «Школа обруча».	<b>«Я открываю мир движений»</b> - расширять представление ребёнка о значении физических упражнений в жизни и здоровье человека; -устанавливать связь между результативностью выполнения упражнения и познанием отдельных свойств движений, их составных частей; - формировать представление о технике движений и способах контроля и самоконтроля с помощью схем, моделей, дидактических игр «Я иду», «Я бегу», «Я метая» и др.	8
3.	<b>Ноябрь</b> «Один дома». «Опасные предметы». «Правила дорожного движения». «Ребенок и природа».	<b>«Я учусь охранять свою жизнь и здоровье»</b> - продолжать беседовать о безопасности жизнедеятельности ребёнка дома, на улице, на дороге, в природе.	8

4.	<b><u>Декабрь</u></b> «Руки и уход за ними». «Ноги и уход за ними». «Уши и уход за ними». «Язык». «Для чего нужен язык».	<b><u>«Я – человек»</u></b> - познакомить с разными видами закаливания, дыхательной, коррекционной гимнастикой; -дать элементарные представления о строении тела человека(скелет, мышцы, кожа, осанка, сердце, кровеносная система, лёгкие, головной мозг и т.д.)	8
5.	<b><u>Январь</u></b> «Школа гимнастической скамейки». «Школа скакалки».	<b><u>«Я открываю мир движений»</u></b> - познакомить со способами развития двигательных способностей человека (зачем человеку сила? Сила нужна, чтобы все трудные дела получались) -иметь представления о зимних и летних спортивных упражнениях, особенностях их выполнения.	6
6.	<b><u>Февраль</u></b> «Один дома». «Опасные предметы». «Правила дорожного движения». «Ребенок и природа».	<b><u>«Я учусь охранять свою жизнь и здоровье»</u></b> - продолжать формировать представления о правилах личной безопасности в быту и в различных жизненных ситуациях. Ребёнок должен знать своё имя, фамилию, возраст, адрес, телефон. Знать, о том, что если загорелась квартира, нужно немедленно покинуть помещение и позвать на помощь, а не прятаться; нельзя играть со спичками и огнём, трогать газовые краны у плиты, включать электроприборы. Знать телефон пожарной охраны-01 и т.д.	8
7.	<b><u>Март</u></b> «Зубы и уход за ними». «Глаза и уход за ними». «Нос и уход за ним». «Что нам надо кушать».	<b><u>«Я – человек»</u></b> - показать на основе литературных героев способы заботы о своём организме, о том, как свежий воздух, солнце, вода помогают при закаливании организма, о способах воздействия «лечебных запахов».	8
8.	<b><u>Апрель</u></b> «Школа гимнастической палки». «Школа футбола».	<b><u>« Я открываю мир движений»</u></b> - Познакомить с правилами использования спортивного инвентаря, требованиями к подготовке спортивной площадки; -познакомить детей с некоторыми правилами выполнения физических упражнений.	8
9.	<b><u>Май</u></b> «Один дома». «Опасные предметы». «Правила дорожного движения». «Ребенок и природа».	<b><u>«Я учусь охранять свою жизнь и здоровье»</u></b> - учить ребёнка предвидеть последствия своих действий на основе разных ситуаций (если ты потерялся в парке, лесу, остался один дома, встретился с незнакомым человеком и др.).	8

**Примерное распределение материала по темам  
для детей подготовительной группы:**

<b>Подготовительная группа</b>			
<b>№</b>	<b>Месяц</b>	<b>Тема / Задачи</b>	<b>Кол-во часов</b>
1.	<b><u>Сентябрь</u></b> «Я – человек». «Строение тела». «Гигиена тела». «Я – человек».	<b><u>«Я человек»</u></b> - формировать положительную оценку и образ себя; -обращать внимание на свою внешность, отвечать на вопросы (тебе нравится свое имя, хотел бы ты, чтобы тебя звали по-другому? Как? Какое у тебя полное имя, отчество, а мамы и папы? Какая у тебя семья, твои домашние обязанности?); - понимать особенности функционирования человеческого тела, самостоятельно выполнять правила гигиены.	8
2.	<b><u>Октябрь</u></b> «Школа мяча». «Школа обруча».	<b><u>«Я открываю мир движений»</u></b> - уточнить представления о технике выполнения движений.	8
3.	<b><u>Ноябрь</u></b> «Один дома». «Опасные предметы». «Правила дорожного движения». «Ребенок и природа».	<b><u>«Я учусь охранять свою жизнь и здоровье»</u></b> - формировать систему представлений о здоровье человека, о том, что оно зависит от правильного удовлетворения его жизненно-важных потребностей, сохранении целостности его органов, качеств среды обитания.	8
4.	<b><u>Декабрь</u></b> «Руки и уход за ними». «Ноги и уход за ними». «Уши и уход за ними». «Язык». «Для чего нужен язык».	<b><u>«Я – человек»</u></b> - рассказать о способах бережного отношения человека к своему телу, о неприятностях, которые подстерегают человека, не выполняющего правила жизненной безопасности; - познакомить детей с чувствами и настроениями человека, показать, как отражаются на его лице(страх, усталость, обида, радость, тревога, и др.)	8
5.	<b><u>Январь</u></b> «Школа гимнастической скамейки». «Школа скакалки».	<b><u>«Я открываю мир движений»</u></b> - Учить различать по существенным признакам скорость, направление движения, смену темпа и ритма.	6
6.	<b><u>Февраль</u></b> «Один дома». «Опасные предметы». «Правила дорожного движения». «Ребенок и природа».	<b><u>«Я учусь охранять свою жизнь и здоровье»</u></b> - рассказать о рациональном отдыхе; - развивать стойкую привычку к спорту, физической культуре, зарядке.	8
7.	<b><u>Март</u></b> «Зубы и уход за ними». «Глаза и уход за ними». «Нос и уход за ним». «Что нам надо кушать».	<b><u>«Я – человек»</u></b> - рассказать о человеческих качествах: аккуратность, чистоплотность, общительность, красота, любовь, драчливость, доброта настойчивость, вежливость, воспитанность, образованность, талант, ила и предложить ему выбрать те, которые подходят к нему больше всего.	8

8.	<b><u>Апрель</u></b> «Школа гимнастической палки». «Школа футбола».	<b><u>« Я открываю мир движений»</u></b> - продолжать учить проявлять волевые усилия при выполнении сложных упражнений, настойчивость в достижении хорошего результата.	8
9.	<b><u>Май</u></b> «Один дома». «Опасные предметы». «Правила дорожного движения». «Ребенок и природа».	<b><u>«Я учусь охранять свою жизнь и здоровье»</u></b> - учить представлять правила поведения в экстремальных ситуациях, типичных для того или иного времени года (гроза, пожар, гололед, метель, сильный ветер, наводнение и т.д.).	8

### **Ожидаемые результаты:**

1. Положительный настрой на выполнение привычек здорового образа жизни.
2. Повышение сопротивляемости детского организма простудным заболеваниям, поддержание иммунитета ребенка.
3. Применение знаний и навыков в самостоятельной деятельности.

### **Диагностика освоения программы**

За основу взята диагностика из книги «Диагностика культуры здоровья дошкольника» В.А. Дергунской.

Задачи диагностики:

- изучить особенности отношения ребенка к здоровью и мотивации здорового образа жизни;
- изучить особенности представлений дошкольников о здоровье, знаний, умений и навыков, поддерживающих, укрепляющих и сохраняющих его по направлениям: «Я - человек», «Я открываю мир движений», «Я учусь охранять свою жизнь, своё здоровье»;
- изучить особенности здоровьесберегающей компетентности ребенка как готовности самостоятельно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.

Для решения задач диагностики используется комплекс диагностических методов в зависимости от возраста: игр, наблюдений, рисунков, бесед, обыгрывания и проговаривания проблемных ситуаций/ см. в приложении №2 /.

### **Используемая литература:**

1. Е.А. Алябьева «Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста» – М.: ТЦ Сфера, 2004.
2. К.Ю.Белая «Формирование основ безопасности у дошкольников» - Издательство «Мозаика-синтез», г. Москва, 2012.
3. К.Ю.Белая, В.Н. Зимонина, Л.А. Кондрыкинская, Л.В. Куцакова, С.И. Мерзлякова, В.Н. Сахарова «Как обеспечить безопасность дошкольника». Москва «Просвещение» 2000.

4. Н.С. Галицына, С.В. Люзина, Е.Е. Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников» г. Москва, 2010.
5. Т.Г. Кареева «Формирование здорового образа жизни у дошкольников». Издательство «Учитель», 2009.
6. М.Ю. Картушина «Быть здоровыми хотим». ООО «ТЦ Сфера», 2004.
7. Л.А. Обухова, Н.А. Лемякина «Тридцать уроков здоровья для первоклассников». «ТЦ, Москва», 2002.
8. Л.И. Пензулаев «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет) « Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС», 2000.
9. С.В. Петерина «Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста» г. Москва «Просвещение», 1986.
10. Р. Ротенберг «Расти здоровым». Москва. «Физкультура и спорт»1996.
11. Т.В.Смирнова « Ребёнок познаёт мир». Издательство «Учитель»,2007.
12. Л.Ф.Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет». «Академия развития», 2002.
13. К.К. Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет). Москва. Издательство «Гномид», 2004.
14. К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(5-7 лет). Москва. Издательство «Гномид», 2004.
15. М.А. Фисенко «ОБЖ». ИТД «Корифей».



# Приложения

## Приложение №1

### Перспективное планирование для средней группы

Сентябрь	Тема		
	« Я - человек». Задачи: формировать представление о себе как отдельном человеке; познакомить с внешними частями тела; учить ценить свое тело, знать основные правила заботы о нем; формировать представление детей о своём появлении на свет.		
№	Тема занятия	содержание	литература
1.	« Я – человек».	1.Занимательная разминка (комплекс №1). 2.ОРУ (без предметов) 3. Беседа на тему «Я - человек». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг:	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.37 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.33

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Качалочка».</li> <li>• Подвижная игра «Солнышко и дождик».</li> <li>• Малоподвижная игра «Найди игрушку».</li> </ul>	<p>3.Т.В.Смирнова «Ребёнок познаёт мир», стр. 54</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,39</p>
2.	«Я - человек».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №1)</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему «Откуда я появился?»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Качалочка».</li> <li>• Подвижная игра «Солнышко и дождик».</li> <li>• Малоподвижная игра «Найди игрушку».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.37</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.33</p> <p>3. Т.В.Смирнова «Ребёнок познаёт мир», стр. 63</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду (3-5 лет)» стр.11, 39</p>
3.	«Строение тела».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №1)</p> <p>2.ОРУ (без предметов) (комплекс№2)</p> <p>3.Беседа на тему «Из чего я состою?»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Качалочка».</li> <li>• Подвижная игра «Солнышко и дождик».</li> <li>• Малоподвижная игра «Найди игрушку».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.37</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.33</p> <p>3. Л.Ф.Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», стр12</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,39</p>
4.	«Строение тела».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №1)</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему «Изучаем своё тело».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Качалочка».</li> <li>• Подвижная игра «Солнышко и дождик».</li> <li>• Малоподвижная игра «Найди игрушку».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.37</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.33</p> <p>3. Т.В.Смирнова «Ребёнок познаёт мир», стр. 111</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), стр.11,39</p>
5.	«Гигиена тела».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №2)</p> <p>2.ОРУ (с малым мячом)</p> <p>3.Беседа на тему «Как нужно ухаживать за собой?»</p>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.40</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для</p>

		4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение «Цапля».</li> <li>Подвижная игра «Догони мяч».</li> <li>Малоподвижная игра «Поиграем».</li> </ul>	детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.41 3. Л.Ф.Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», стр25 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), стр.11 ,41
6.	«Гигиена тела».	1.Занимательная разминка (комплекс №2) 2.ОРУ (с малым мячом) 3.Беседа на тему «Что такое хорошо и что такое плохо?» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение «Цапля».</li> <li>Подвижная игра « Догони мяч».</li> <li>Малоподвижная игра «Поиграем».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.40 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.41 3. Л.Ф.Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», стр26 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,41
7.	«Я - человек».	1.Занимательная разминка (комплекс №2) 2.ОРУ (с малым мячом) 3.Беседа на тему «Все люди разные» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение «Цапля».</li> <li>Подвижная игра « Догони мяч».</li> <li>Малоподвижная игра «Поиграем».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.40 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.41 3. Т.В.Смирнова « Ребёнок познаёт мир», стр. 57 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), стр.11, 41
8.	«Я - человек». (Закрепление)	1.Занимательная разминка (комплекс №2) 2.ОРУ (с малым мячом) 3.Игра-викторина. «Волшебная ромашка». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение «Цапля».</li> <li>Подвижная игра « Догони мяч».</li> <li>Малоподвижная игра «Поиграем».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.40 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.41 3.Приложение. 4,5К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11, 41
Октябрь	<b>Тема</b>		
	<p><b>« Я открываю мир движений».</b> Задачи: познакомить с основами человеческой двигательной культуры, её эталонами (представлениями о параметрах движения, понимание их значимости, использования в зависимости от целевой установки, исходном положении, последовательности выполнения упражнения, о способах управления своими «живыми движениями», иметь представления о физических качествах человека - силе, ловкости, гибкости, выносливости, быстроте).</p>		
<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>содержание</b>	<b>Литература.</b>

	занятия		
1	Школа мяча.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс№3)</p> <p>2.ОРУ (с мячом )</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>4.Работа на тренажёрах. (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Морская звезда».</li> <li>• Подвижная игра « Мы - осенние листочки».</li> <li>• Малоподвижная игра «По ровненькой дорожке».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.46</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.74</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), стр.11,47</p>
2	Школа мяча.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс№3)</p> <p>2.ОРУ (с мячом )</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Морская звезда».</li> <li>• Подвижная игра « Мы - осенние листочки».</li> <li>• Малоподвижная игра «По ровненькой дорожке».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.46</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.74</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,47</p>
3	Школа мяча.	<p>1.Занимательная разминка. ( комплекс№3)</p> <p>2.ОРУ (с мячом )</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Морская звезда».</li> <li>• Подвижная игра « Мы - осенние листочки».</li> <li>• Малоподвижная игра «По ровненькой дорожке».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.46.</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.74</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), стр.11,47</p>
4	Школа мяча.	<p>1.Занимательная разминка. ( комплекс№3)</p> <p>2.ОРУ (с мячом )</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>4. Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей) 5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Морская звезда».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.46</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.74</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), стр.11,47</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подвижная игра «Мы - осенние листочки».</li> <li>• Малоподвижная игра «По ровненькой дорожке».</li> </ul>	
5	Школа обруча.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №4)</p> <p>2.ОРУ (с обручем.)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Стойкий оловянный солдатик».</li> <li>• Подвижная игра «Догони меня».</li> <li>• Малоподвижная игра «Едет-едет паровоз».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.48</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.37</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,50</p>
6	Школа обруча.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс№4)</p> <p>2.ОРУ (с обручем)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Стойкий оловянный солдатик».</li> <li>• Подвижная игра «Догони меня».</li> <li>• Малоподвижная игра «Едет-едет паровоз».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.48</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» стр.37</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,50</p>
7	Школа обруча.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс№4)</p> <p>2.ОРУ (с обручем)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1)</p> <p>4. Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Стойкий оловянный солдатик».</li> <li>• Подвижная игра «Догони меня».</li> <li>• Малоподвижная игра «Едет-едет паровоз».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.48</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» стр.37</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), стр.11,50</p>
8	Школа обруча.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №4)</p> <p>2.ОРУ (с обручем)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная</p>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.48</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для</p>



		<p>гимнастика. (комплекс №1)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Стойкий оловянный солдатик».</li> <li>• Подвижная игра «Догони меня».</li> <li>• Малоподвижная игра «Едет-едет паровоз».</li> </ul>	<p>детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.37</p> <p>3,5К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,50</p>
<b>Ноябрь</b>	<b>Тема</b>		
	<p><b>« Я учусь охранять свою жизнь и здоровье».</b></p> <p>Задачи: формировать представления детей о здоровье и нездоровье. Познакомить детей со способами профилактики заболеваний - самомассажем, закаливанием, с правилами дыхания, чередования активного движения и отдыха. Провести беседы о безопасности жизнедеятельности ребёнка.</p>		
<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>содержание</b>	<b>Тема занятия</b>
1.	Один дома.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс№5)</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему: «Контакты с незнакомыми людьми дома».( на примере сказки «Кот, лиса и петух».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Самолёт».</li> <li>• Подвижная игра «Ёж с ежатами».</li> <li>• Малоподвижная игра «Гимнастика».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.52</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.36</p> <p>3.М.А.Фисенко. «ОБЖ» стр.6</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), стр.11,54</p>
2.	Один дома.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс№5)</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему: «Как вызвать милицию?».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Самолёт».</li> <li>• Подвижная игра «Ёж с ежатами».</li> <li>• Малоподвижная игра «Гимнастика».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.52</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.36</p> <p>3.М.А.Фисенко. «ОБЖ» стр.18</p> <p>4-5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), стр.11,54</p>
3.	Опасные предметы.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №5)</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему: «Пожароопасные предметы»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.52</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста»</p>

		<p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Самолёт».</li> <li>• Подвижная игра «Ёж с ежатами».</li> <li>• Малоподвижная игра «Гимнастика».</li> </ul>	<p>(3-7 лет), стр.36 3.М.А.Фисенко. «ОБЖ» стр.9 4-5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,54</p>
4.	Опасные предметы	<p>1.Занимательная разминка. ( комплекс№5) 2.ОРУ (без предметов) 3.Беседа на тему: «Пожароопасные предметы». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Самолёт».</li> <li>• Подвижная игра «Ёж с ежатами».</li> <li>• Малоподвижная игра «Гимнастика».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.52 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.36 3.М.А.Фисенко. «ОБЖ» стр.10 4-5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,54</p>
5.	Правила дорожного движения.	<p>1.Занимательная разминка. ( комплекс№6) 2.ОРУ (с флажком) 3. Беседа на тему:«Мы знакомимся с улицей». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Потягивание».</li> <li>• Подвижная игра «Медведь».</li> <li>• Малоподвижная игра «Воздушный шар».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.55 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.34 3.К.Ю.Белая, В.Н.Зимонина, Л.А.Кондрыкинская, Л.В.Куцакова С.И.Мерзлякова, В.Н.Сахарова «Как обеспечить безопасность дошкольника», стр.66 4-5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,56</p>
6.	Правила дорожного движения.	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №6) 2.ОРУ(с флажком) 3.Беседа на тему: «Знай и выполняй правила уличного движения». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика (комплекс №1). 5. Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Потягивание».</li> <li>• Подвижная игра «Медведь».</li> <li>• Малоподвижная игра «Воздушный шар».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.55 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.34 3. К.Ю.Белая, В.Н.Зимонина, Л.А.Кондрыкинская, Л.В.Куцакова С.И.Мерзлякова, В.Н.Сахарова «Как обеспечить безопасность дошкольника», стр.67 4-5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), стр.11, 56</p>
7.	Ребёнок и природа.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс№6) 2.ОРУ (с флажком)</p>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.55</p>

		<p>3.Беседа на тему:«Правила поведения на природе».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Потягивание».</li> <li>• Подвижная игра « Медведь».</li> <li>• Малоподвижная игра «Воздушный шар».</li> </ul>	<p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.34</p> <p>3.К.Ю.Белая «Формирование основ безопасности у дошкольников», стр47</p> <p>4-5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), стр.11,56</p>
8.	Ребёнок и природа.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс№6)</p> <p>2.ОРУ (с флажком)</p> <p>3.Беседа на тему: «Правила поведения при общении с животными».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Потягивание».</li> <li>• Подвижная игра « Медведь».</li> <li>• Малоподвижная игра «Воздушный шар».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.55</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.34</p> <p>3. К.Ю.Белая «Формирование основ безопасности у дошкольников», стр.56</p> <p>4-5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), стр.11, 56</p>
Декабрь	<b>Тема</b>		
	<p><b>« Я - человек».</b>  Задачи: продолжить идентифицировать свое имя с собой; устанавливать связи между строением органа и его назначением.</p>		
<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>содержание</b>	<b>Тема занятия</b>
1.	«Руки и уход за ними».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №7).</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему «Мои руки»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Ах, ладошки, вы, ладошки».</li> <li>• Подвижная игра «Самолёты».</li> <li>• Малоподвижная игра «Великаны и гномы».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.59</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.41</p> <p>3. Т.В.Смирнова « Ребёнок познаёт мир», стр. 66</p> <p>4-5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.20,60</p>
2	«Руки и уход за ними».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №7).</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему «Как ухаживать за руками?»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная</p>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.59</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста»</p>

		<p>гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Ах, ладошки, вы, ладошки».</li> <li>• Подвижная игра «Догони меня».</li> <li>• Малоподвижная игра «Найди игрушку»</li> </ul>	<p>(3-7лет), стр.41</p> <p>3. Т.В.Смирнова «Ребёнок познаёт мир», стр.70</p> <p>4-5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет),стр.11,6</p>
3.	«Ноги и уход за ними».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №7).</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему «Мои ноги»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Ах, ладошки, вы, ладошки».</li> <li>• Подвижная игра «Весёлые зайчата».</li> <li>• Малоподвижная игра «Зимние забавы»</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.59</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.41</p> <p>3. Т.В.Смирнова «Ребёнок познаёт мир», стр.73</p> <p>4-5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), стр.11,60</p>
4.	«Ноги и уход за ними».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №7).</p> <p>2.ОРУ(без предметов)</p> <p>3. Беседа на тему «Как ухаживать за ногами?»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Ах, ладошки, вы, ладошки».</li> <li>• Подвижная игра «Догони меня».</li> <li>• Малоподвижная игра «Что в пакете?».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.59</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.41</p> <p>3. Т.В.Смирнова «Ребёнок познаёт мир», стр. 76</p> <p>4-5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,60</p>
5.	«Уши и уход за ними».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №8).</p> <p>2.ОРУ (с кеглями)</p> <p>3.Беседа на тему «Мои уши».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Карусель».</li> <li>• Подвижная игра «Не боимся мы кота».</li> <li>• Малоподвижная игра «Скажи и покажи».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.61</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.43</p> <p>3.Т.В.Смирнова «Ребёнок познаёт мир», стр.57</p> <p>4-5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), с.11,63</p>
6.	«Уши и уход за ними».	<p>1.Занимательная разминка (1.комплекс №8).</p> <p>2.ОРУ (с кеглями)</p> <p>3.Беседа на тему «Как беречь</p>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.61</p> <p>2.Л.И.Пензулаева</p>

		уши?» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Карусель».</li> <li>• Подвижная игра «Не боимся мы кота».</li> <li>• Малоподвижная игра «Скажи и покажи».</li> </ul>	«Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.43 3.Т.В.Смирнова «Ребёнок познаёт мир», стр.83 4,5 ,К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,63
7.	«Язык».	1.Занимательная разминка (комплекс №8). 2.ОРУ (с кеглями) 3.Беседа на тему «Мой язык» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №2) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Карусель».</li> <li>• Подвижная игра «Не боимся мы кота».</li> <li>• Малоподвижная игра «Скажи и покажи».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.61 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.43 3.Т.В.Смирнова «Ребёнок познаёт мир», стр.85 4-5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), стр.11,63
8.	«Для чего нужен язык?»	1.Занимательная разминка (комплекс №8). 2.ОРУ (с кеглями) 3.Беседа на тему «Для чего нужен язык?» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Карусель».</li> <li>• Подвижная игра «Не боимся мы кота».</li> <li>• Малоподвижная игра «Скажи и покажи».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.61 2. Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.43 3. Т.В.Смирнова «Ребёнок познаёт мир», стр.85 4-5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(3-5 лет), стр11,63
<b>Январь</b>	<b>Тема</b>		
	« <b>Я открываю мир движений</b> ». Задачи: учить выделять главный элемент приложения своих физических сил, понимать зависимость между целью движения, исполнением и результатом (чтобы далеко прыгнуть, следует сильнее оттолкнуться и правильно приземлиться)		
<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>содержание</b>	<b>Тема занятия</b>
1.	Школа гимнастической скамейки.	1.Занимательная разминка. ( комплекс№9) 2.ОРУ (на гимнастической скамейке) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Покачай</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.66 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.83 3,5К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,68



		<p>малышку».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подвижная игра «Весёлые зайчата».</li> <li>• Малоподвижная игра «Все спортом занимаются».</li> </ul>	
2.	Школа гимнастической скамейки	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс№9)</p> <p>2.ОРУ (на гимнастической скамейке)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Покачай малышку».</li> <li>• Подвижная игра «Весёлые зайчата».</li> <li>• Малоподвижная игра «Все спортом занимаются»</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.66</p> <p>2. Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.83</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,68</p>
3.	Школа гимнастической скамейки.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №9)</p> <p>2.ОРУ (на гимнастической скамейке)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5. Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Покачай малышку».</li> <li>• Подвижная игра «Весёлые зайчата».</li> <li>• Малоподвижная игра «Все спортом занимаются».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.66</p> <p>2. Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.83</p> <p>3,5. К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,68</p>
4.	Школа гимнастической скамейки.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №9)</p> <p>2.ОРУ (на гимнастической скамейке)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Покачай малышку».</li> <li>• Подвижная игра «Весёлые зайчата».</li> <li>• Малоподвижная игра «Все спортом занимаются»</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.66</p> <p>2. Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.83</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,68</p>
5.	Школа	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №10)</p>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная</p>

	скакалки.	<p>2.ОРУ (со скакалкой)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Танец медвежат».</li> <li>• Подвижная игра «Снежинки и ветер».</li> <li>• Малоподвижная игра «Пингвины на льдинах»</li> </ul>	<p>физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.69</p> <p>2. Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7 лет), стр.59</p> <p>К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,71</p>
6.	Школа скакалки.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №10)</p> <p>2.ОРУ (со скакалкой)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Танец медвежат ».</li> <li>• Подвижная игра «Снежинки и ветер».</li> <li>• Малоподвижная игра «Пингвины на льдинах».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.69</p> <p>2. Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.59</p> <p>3.5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет , стр. 11,71</p>
7.	Школа скакалки.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс№10)</p> <p>2.ОРУ (со скакалкой)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5. Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Танец медвежат».</li> <li>• Подвижная игра « Снежинки и ветер».</li> <li>• Малоподвижная игра «Пингвины на льдинах»</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.69</p> <p>2. Л. И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.59</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет) ,стр.11,71</p>
8.	Школа скакалки.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс№10)</p> <p>2.ОРУ (со скакалкой)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика .(комплекс №2)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Танец медвежат ».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.69</p> <p>2. Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.59</p> <p>К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,71</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подвижная игра «Снежинки и ветер».</li> <li>• Малоподвижная игра «Пингвины на льдинах»</li> </ul>	
<b>Февраль</b>	Тема		
	<p><b>« Я учусь охранять свою жизнь и здоровье».</b>  Задачи: Рассказывать об охране здоровья, беседовать о правилах личной безопасности в быту и в разных жизненных ситуациях. Знать номер пожарной охраны-01.</p>		
<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>содержание</b>	<b>Тема занятия</b>
1.	Один дома.	1.Занимательная разминка. (комплекс №11) 2.ОРУ (без предметов) 3.Беседа на тему: «Пожар». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Маленький мостик».</li> <li>• Подвижная игра «Заячий концерт».</li> <li>• Малоподвижная игра «Что в пакете?».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.73 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.46 3. М.А. Фисенко.«ОБЖ» стр.14 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,74
2.	Один дома.	1.Занимательная разминка. (комплекс №11) 2.ОРУ (без предметов) 3.Беседа на тему:«Если в доме начинается пожар». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Маленький мостик».</li> <li>• Подвижная игра «Заячий концерт».</li> <li>• Малоподвижная игра «Что в пакете?».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.73 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.46 3.М.А.Фисенко. «ОБЖ» стр.16 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,74
3.	Опасные предметы.	1.Занимательная разминка. (комплекс №11) 2.ОРУ (без предметов) 3.Беседа на тему: «Предметы, требующие осторожного обращения». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Маленький мостик».</li> <li>• Подвижная игра «Заячий концерт».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.73 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.46 3.М.А.Фисенко. «ОБЖ» стр.11 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,74

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Малоподвижная игра «Что в пакете?»</li> </ul>	
4.	Опасные предметы.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №11)</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему: «Предметы, требующие осторожного обращения».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Маленький мостик ».</li> <li>• Подвижная игра «Заячий концерт».</li> <li>• Малоподвижная игра «Что в пакете?».</li> </ul>	<p>К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.73</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.46</p> <p>3. М.А. Фисенко. «ОБЖ» стр.12</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,74</p>
5.	Правила дорожного движения.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №12)</p> <p>2.ОРУ (с косичкой)</p> <p>3.Беседа на тему: «Зачем нужны дорожные знаки».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Паровозик».</li> <li>• Подвижная игра «Ловишки с ленточкой».</li> <li>• Малоподвижная игра «Зимние забавы!».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.75</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.36</p> <p>3. К.Ю.Белая, В.Н. Зимонина, Л.А.Кондрыкинская, Л.В.Куцакова С.И.Мерзлякова,В.Н.Сахарова «Как обеспечить безопасность дошкольника», стр.69</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,77</p>
6.	Правила дорожного движения.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс№12)</p> <p>2.ОРУ ( с косичкой)</p> <p>3.Беседа на тему: «Улицы города».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Паровозик» .</li> <li>• Подвижная игра «Ловишки с ленточкой».</li> <li>• Малоподвижная игра «Зимние забавы!»</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.75</p> <p>2. Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.36</p> <p>3. К.Ю.Белая, В.Н.Зимонина, Л.А.Кондрыкинская,Л.В.Куцакова С.И.Мерзлякова,В.Н.Сахарова «Как обеспечить безопасность дошкольника», стр.70</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,77</p>
7.	Ребёнок и природа.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №12)</p>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»</p>

		<p>2.ОРУ (с косичкой)</p> <p>3.Беседа на тему: «Опасные насекомые».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Паровозик ».</li> <li>• Подвижная игра «Ловишки с ленточкой».</li> <li>• Малоподвижная игра «Зимние забавы!».</li> </ul>	<p>(3-5 лет), стр.75</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.36</p> <p>3. К.Ю.Белая «Формирование основ безопасности у дошкольников», стр.49</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,77</p>
8.	Ребёнок и природа.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №12)</p> <p>2.ОРУ (с косичкой)</p> <p>3.Беседа на тему: «Ядовитые и лекарственные растения».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Паровозик».</li> <li>• Подвижная игра « Ловишки с ленточкой».</li> <li>• Малоподвижная игра «Зимние забавы!».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.75</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.36</p> <p>3.К.Ю.Белая «Формирование основ безопасности у дошкольников », стр.51</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,77</p>
Март	<b>Тема</b>		
	<p><b>« Я - человек».</b>          Задачи: продолжить идентифицировать своё имя с собой; продолжать устанавливать связи между строением органа и его назначением, учить бережному отношению к своим органам; формировать представление детей о необходимых телу человека веществах и витаминах.</p>		
<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>содержание</b>	<b>Тема занятия</b>
1.	«Зубы и уход за ними».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №13).</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3. Беседа на тему «Мои зубы»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Колобок».</li> <li>• Подвижная игра «Грачи и автомобиль».</li> <li>• Малоподвижная игра «Холодно-жарко».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.79</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.49</p> <p>3.Т.В.Смирнова « Ребёнок познаёт мир», стр.88</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр11,80</p>
2.	«Зубы и уход за ними».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №13).</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3. Беседа на тему «Как правильно ухаживать за зубами?»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная</p>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.79</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для</p>



		<p>гимнастика.(комплекс №3)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Колобок ».</li> <li>• Подвижная игра «Грачи и автомобиль».</li> <li>• Малоподвижная игра «Холодно-жарко».</li> </ul>	<p>детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.49  3. Т.В.Смирнова « Ребёнок познаёт мир», стр.88  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр11,80</p>
3.	«Глаза и уход за ними».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №13).  2.ОРУ (без предметов)  3. Беседа на тему «Мои глаза»  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика .(комплекс №3)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Колобок ».</li> <li>• Подвижная игра «Грачи и автомобиль».</li> <li>• Малоподвижная игра «Холодно-жарко».</li> </ul>	<p>1.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.79  2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.49  3.Т.В.Смирнова « Ребёнок познаёт мир», стр.99  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,80</p>
4.	«Глаза и уход за ними».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №13).  2.ОРУ (без предметов)  3. Беседа на тему «Как беречь глаза?»  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Колобок ».</li> <li>• Подвижная игра «Грачи и автомобиль».</li> <li>• Малоподвижная игра «Холодно-жарко».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.79  2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста»(3-7лет), стр.49 3.Т.В.Смирнова « Ребёнок познаёт мир», стр.102  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,80</p>
5.	«Нос и уход за ним».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №14).  2.ОРУ (с флажками)  3. Беседа на тему «Мой нос».  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Ножницы».</li> <li>• Подвижная игра «Жуки».</li> <li>• Малоподвижная игра «Деревья и птицы».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.81  2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет) , стр.50  3. Т.В.Смирнова « Ребёнок познаёт мир», стр.91  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,83</p>
6.	«Нос и уход за ним».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №14).  2.ОРУ (с флажками)  3.Беседа на тему «Как беречь нос?»  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)  5.Весёлый тренинг:</p>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.81  2.Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста»</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ножницы ».</li> <li>• Подвижная игра «Жуки».</li> <li>• Малоподвижная игра «Деревья и птицы».</li> </ul>	(3-7лет), стр.50 3. Т.В.Смирнова « Ребёнок познаёт мир», стр.95 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,83
7.	«Что нам надо кушать?»	1.Занимательная разминка (комплекс №14). 2.ОРУ (с флажками) 3.Беседа на тему «Правильное питание» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Ножницы».</li> <li>• Подвижная игра «Жуки».</li> <li>• Малоподвижная игра «Деревья и птицы».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.81 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.50 3. Т.В.Смирнова « Ребёнок познаёт мир», стр.105 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,83
8.	«Что нам надо кушать?»	1.Занимательная разминка (комплекс №14). 2.ОРУ (с флажками) 3.Беседа на тему «Витамины» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ножницы ».</li> <li>• Подвижная игра «Жуки».</li> <li>• Малоподвижная игра «Деревья и птицы».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.81 2.Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.50 3. Т.В.Смирнова « Ребёнок познаёт мир», стр.106 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,83
<b>Апрель</b>	<b>Тема</b>		
	« Я открываю мир движений». Задачи: учить сравнивать разные физические упражнения и устанавливать способ развития двигательного качества.		
<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>содержание</b>	<b>Тема занятия</b>
1.	Школа гимнастической палки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №15). 2.ОРУ (с палкой) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Птица».</li> <li>• Подвижная игра « Карусель».</li> <li>• Малоподвижная игра «Круг-кружочек».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.86 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.51 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,87
2.	Школа гимнастической палки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №15). 2.ОРУ (с палкой) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.86

		<p>гимнастика.(комплекс №3)  4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Птица ».</li> <li>• Подвижная игра « Карусель».</li> <li>• Малоподвижная игра «Круг-кружочек».</li> </ul>	<p>2.Л.И.Пензулаева  «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.51  3,5.К.К.Утробина  «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр. 11,87</p>
3.	Школа гимнастической палки.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №15).  2.ОРУ (с палкой)  3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №3)  4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Птица ».</li> <li>• Подвижная игра « Карусель».</li> <li>• Малоподвижная игра «Круг-кружочек».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.86  2. Л.И. Пензулаева  «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.51  3,5.К.К.Утробина  «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,87</p>
4.	Школа гимнастической палки.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №15).  2.ОРУ (с палкой)  3. Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)  4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей) .  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Птица ».</li> <li>• Подвижная игра « Карусель».</li> <li>• Малоподвижная игра «Круг-кружочек».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.86  2.Л.И.Пензулаева  «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.51  3,5.К.К.Утробина  «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,87</p>
5.	Школа фитбола.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №16).  2.ОРУ ( с мячом большого диаметра)  3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)  4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Плавание на байдарках».</li> <li>• Подвижная игра « Цыплята на полянке».</li> <li>• Малоподвижная игра «Тишина у пруда».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.88  2.Л.И.Пензулаева  «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.35  3,5.К.К.Утробина  «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр11,90</p>

6.	Школа фитбола.	1.Занимательная разминка. (комплекс №16). 2.ОРУ (с мячом большого диаметра) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Плавание на байдарках».</li> <li>• Подвижная игра «Цыплята на полянке».</li> <li>• Малоподвижная игра «Тишина у пруда».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.88 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.35 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,90
7.	Школа фитбола.	1.Занимательная разминка (комплекс №16). 2.ОРУ (с мячом большого диаметра) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Плавание на байдарках».</li> <li>• Подвижная игра «Цыплята на полянке».</li> <li>• Малоподвижная игра «Тишина у пруда».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.88 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.35 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр11,90
8.	Школа фитбола.	1.Занимательная разминка (комплекс №16). 2.ОРУ (с мячом большого диаметра) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Плавание на байдарках».</li> <li>• Подвижная игра «Цыплята на полянке».</li> <li>• Малоподвижная игра «Тишина у пруда»</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.88 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.35 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр11,90
Май	<b>Тема</b>		
	«Я учусь охранять свою жизнь и здоровье». Задачи: рассказать о правилах первой помощи в различных жизненных ситуациях, о правилах дорожного движения.		
<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>содержание</b>	<b>Тема занятия</b>
1.	Один дома.	1.Занимательная разминка.	1.К.К.Утробина «Занимательная

		<p>(комплекс №17).  2.ОРУ (без предметов)  3.Беседа на тему: «Скорая помощь».  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Велосипед».</li> <li>• Подвижная игра «Лягушки».</li> <li>• Малоподвижная игра «Море волнуется».</li> </ul>	<p>физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.92  2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.52  3.М.А.Фисенко «ОБЖ», стр19  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,94</p>
2.	Один дома.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №17).  2.ОРУ (без предметов)  3.Беседа на тему: «Балкон, окно и другие бытовые опасности».  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Велосипед».</li> <li>• Подвижная игра «Лягушки».</li> <li>• Малоподвижная игра «Море волнуется».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.92  2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.52  3. М.А. Фисенко «ОБЖ», стр19  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,94</p>
3.	Опасные предметы	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №17).  2.ОРУ (без предметов)  3.Беседа на тему: «Использование и хранение опасных предметов».  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Велосипед».</li> <li>• Подвижная игра «Лягушки».</li> <li>• Малоподвижная игра «Море волнуется».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.92  2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.52  3. М.А. Фисенко «ОБЖ», стр13  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,94</p>
4.	Опасные предметы.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №17).  2.ОРУ (без предметов)  3.«Сказка о принцессе иголочке».  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Велосипед».</li> <li>• Подвижная игра «Лягушки».</li> <li>• Малоподвижная игра «Море волнуется».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.92  2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.52  3. М.А. Фисенко «ОБЖ», стр13  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,94</p>

5.	Правила дорожного движения.	1.Занимательная разминка. (комплекс №18) 2.ОРУ (с кубиками.) 3.«Знакомство с транспортом». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3 ) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Гусеница».</li> <li>• Подвижная игра «Одуванчики».</li> <li>• Малоподвижная игра «Узнай, кто позвал?».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет) , стр.94 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.53 3. К.Ю.Белая, В.Н. Зимонина, Л.А.Кондрыкинская,Л.В.Куцакова С.И.Мерзлякова,В.Н.Сахарова «Как обеспечить безопасность дошкольника », стр.73 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,96
6.	Правила дорожного движения.	1.Занимательная разминка. (комплекс №18). 2.ОРУ (с кубиками.) 3.«Знакомство с транспортом» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Гусеница».</li> <li>• Подвижная игра «Одуванчики».</li> <li>• Малоподвижная игра «Узнай, кто позвал?».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.94 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.53 3. К.Ю.Белая, В.Н.Зимонина, Л.А.Кондрыкинская,Л.В.Куцакова С.И.Мерзлякова,В.Н.Сахарова «Как обеспечить безопасность дошкольника », стр.74 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,96
7.	Ребёнок и природа.	1.Занимательная разминка. (комплекс №18). 2.ОРУ (с кубиками.) 3.Беседа на тему: «Не все грибы съедобны». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Гусеница ».</li> <li>• Подвижная игра «Одуванчики».</li> <li>• Малоподвижная игра «Узнай, кто позвал?».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.94 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.53 3. К.Ю.Белая «Формирование основ безопасности у дошкольников», стр52 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11,96
8.	Ребёнок и природа.	1.Занимательная разминка. (комплекс №18). 2.ОРУ (с кубиками.) 3.Беседа на тему:«Помощь при укусах». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 5.Весёлый тренинг:	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.94 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.53

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Гусеница».</li> <li>• Подвижная игра «Одуванчики».</li> <li>• Малоподвижная игра «Узнай, кто позвал?».</li> </ul>	3. К.Ю.Белая «Формирование основ безопасности у дошкольников», стр59 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (3-5 лет), стр.11, 96
--	--	--	---

## Перспективное планирование для старшей группы

Сентябрь		Тема	
<b>« Я - человек».</b>		Задачи: расширять знания ребенка о себе, своем имени, фамилии, возрасте, наследственных особенностях организма, телосложении, походке; сформировать представление у детей о здоровом сне и пище.	
№	Тема занятия	содержание	литература
1.	« Я - человек».	1.Занимательная разминка (комплекс №1) 2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1) 3. Беседа на тему «Кто я?» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Качалочка».</li> <li>• Подвижная игра «Возьми платочек».</li> <li>• Малоподвижная игра «Подкрадись неслышно».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.37 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.62 3.Л.Ф.Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», стр10 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,40
2.	« Я - человек».	1.Занимательная разминка (комплекс №1) 2.ОРУ (без предметов ) 3.Беседа на тему «Я не похож на других». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Качалочка».</li> <li>• Подвижная игра «Возьми платочек».</li> <li>• Малоподвижная игра «Подкрадись неслышно».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.37 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.62 3. Л.Ф.Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», стр11 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,40

3.	«Строение тела».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №1)</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему «Из чего я состою?»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Качалочка».</li> <li>• Подвижная игра «Возьми платочек».</li> <li>• Малоподвижная игра «Подкрадись неслышно».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.37</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.62</p> <p>3. Л.Ф.Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», стр12</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,40</p>
4.	«Строение тела».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №1)</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему «Я и мой организм».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.( комплекс №1)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Качалочка».</li> <li>• Подвижная игра «Возьми платочек».</li> <li>• Малоподвижная игра «Подкрадись неслышно».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.37</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.62</p> <p>3. Л.Ф.Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», стр44</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр. 11,40</p>
5.	«Гигиена тела».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №2)</p> <p>2.ОРУ (с малым мячом)</p> <p>3.Беседа на тему «Советы доктора Воды».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Цапля».</li> <li>• Подвижная игра « Хитрая лиса».</li> <li>• Малоподвижная игра «Угадай по голосу».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.41</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.63</p> <p>3.Л.А.Обухова,Н.А.Лемяскина «Тридцать уроков здоровья для первоклассников» стр.9</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , с.11,43</p>
6.	«Гигиена тела».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №2)</p> <p>2.ОРУ (с малым мячом)</p> <p>3.Беседа на тему «Друзья Вода и Мыло».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Цапля ».</li> <li>• Подвижная игра « Хитрая лиса».</li> <li>• Малоподвижная игра «Угадай по голосу».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.41</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.63</p> <p>3.Л.А.Обухова, Н.А. Лемяскина «Тридцать уроков здоровья для первоклассников» стр.10</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,43</p>



7.	«Я - человек».	1.Занимательная разминка (комплекс №2) 2.ОРУ (с малым мячом) 3.Беседа на тему «Зачем человек ест?». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Цапля».</li> <li>• Подвижная игра «Хитрая лиса».</li> <li>• Малоподвижная игра «Угадай по голосу».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.41 2.Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.63 3. Л.Ф.Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», стр34 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11 ,43
8.	«Я - человек» (Закрепление)	1.Занимательная разминка (комплекс №2) 2.ОРУ (с малым мячом) 3.Беседа на тему «Зачем человек спит?». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Цапля».</li> <li>• Подвижная игра «Хитрая лиса».</li> <li>• Малоподвижная игра «Угадай по голосу».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.41 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.63 3. Л.Ф.Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», стр40 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,43

**Тема**

**Октябрь**

**« Я открываю мир движений».**

Задачи: расширять представление ребёнка о значении физических упражнений в жизни и здоровье человека, устанавливая связь между результативностью выполнения упражнения и познанием отдельных свойств движений, их составных частей . Формировать представление о технике движений и способах контроля и самоконтроля с помощью схем, моделей, дидактических игр «Я иду», «Я бегу», «Я метая» и др.

№	Тема занятия	содержание	литература
1.	Школа мяча.	1.Занимательная разминка. (комплекс №3) 2.ОРУ (с мячом) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Катание на морском коньке».</li> <li>• Подвижная игра «Собери мячи».</li> <li>• Малоподвижная игра «Пустое место».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду » (5-7лет), стр.47 2.Л.И.Пензулаев «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.74 3,5. К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11, 51

2.	Школа мяча.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №3).</p> <p>2.ОРУ (с мячом)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Катание на морском коньке ».</li> <li>• Подвижная игра « Собери мячи».</li> <li>• Малоподвижная игра «Пустое место».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду » (5-7лет), стр.47</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста » (3-7лет), стр.74</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,51</p>
3.	Школа мяча.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №3).</p> <p>2.ОРУ (с мячом)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Катание на морском коньке ».</li> <li>• Подвижная игра «Собери мячи».</li> <li>Малоподвижная игра «Пустое место».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.47</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.74</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,51</p>
4.	Школа мяча.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №3).</p> <p>2.ОРУ (с мячом)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Катание на морском коньке».</li> <li>• Подвижная игра «Собери мячи».</li> <li>• Малоподвижная игра «Пустое место».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.47</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет),стр.74</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11,51</p>
5.	Школа обруча.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №4).</p> <p>2.ОРУ (с обручем)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Стойкий оловянный солдатик».</li> <li>• Подвижная игра « Удочка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Змея».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.52</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.69</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,54</p>

6.	Школа обруча.	1.Занимательная разминка. (комплекс №4). 2.ОРУ (с обручем ) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение «Стойкий оловянный солдатик».</li> <li>Подвижная игра «Удочка».</li> <li>Малоподвижная игра «Змея».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.52 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.69 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,54
7.	Школа обруча.	1.Занимательная разминка. (комплекс №4). 2.ОРУ (с обручем ) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение «Стойкий оловянный солдатик».</li> <li>Подвижная игра «Удочка».</li> <li>Малоподвижная игра «Змея».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.52 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет),стр.69 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) ,стр.11,54
8.	Школа обруча.	1.Занимательная разминка. (комплекс №4). 2.ОРУ (с обручем ). 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение «Стойкий оловянный солдатик».</li> <li>Подвижная игра «Удочка».</li> <li>Малоподвижная игра «Змея».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.52 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.69 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11,54

Ноябрь	<b>Тема</b>		
	<p><b>«Я учусь охранять свою жизнь и здоровье».</b> Задачи: продолжать беседовать о безопасности жизнедеятельности ребёнка дома, на улице, на дороге, в природе.</p>		

№	Тема занятия	содержание	Тема занятия
1.	Один дома	1.Занимательная разминка. (комплекс №5). 2.ОРУ ( без предметов) 3.Беседа на тему: «Контакты с незнакомыми людьми на улице». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение «Ловкий чертёнок».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.57 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.70 3.М.А.Фисенко «ОБЖ», стр5 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,54

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подвижная игра «По местам».</li> <li>• Малоподвижная игра «Парк аттракционов».</li> </ul>	физкультура в детском саду» (5-7лет), стр. 11,59
2.	Один дома.	1.Занимательная разминка. (комплекс №5). 2.ОРУ (без предметов) 3.Беседа на тему: «Ребёнок и его старшие приятели». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика .(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Карусель».</li> <li>• Подвижная игра «По местам».</li> <li>• Малоподвижная игра «Парк аттракционов».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.57 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.70 3.М.А.Фисенко «ОБЖ», стр 7 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,59
3.	Опасные предметы	1.Занимательная разминка. (комплекс №5). 2.ОРУ ( без предметов) 3.Беседа на тему:«В мире опасных предметов». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ловкий чертёнок ».</li> <li>• Подвижная игра «По местам».</li> <li>• Малоподвижная игра «Парк аттракционов».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.57 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.70 3. К.Ю.Белая, В.Н. Зимонина, Л.А.Кондрыкинская,Л.В.Куцакова И.Мерзлякова,В.Н.Сахарова «Как обеспечить безопасность дошкольника», стр.8 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) ,стр.11,59
4.	Опасные предметы.	1.Занимательная разминка. (комплекс №5). 2.ОРУ (без предметов) 3.Беседа на тему: «В мире опасных предметов». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ловкий чертёнок ».</li> <li>• Подвижная игра «По местам».</li> <li>• Малоподвижная игра «Парк аттракционов».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.57 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.70 3. К.Ю.Белая, В.Н. Зимонина, Л.А.Кондрыкинская,Л.В.КуцаковаС .И.Мерзлякова,В.Н.Сахарова «Как обеспечить безопасность дошкольника», стр.8 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,59
5.	Правила дорожного движения.	1.Занимательная разминка. (комплекс №6). 2.ОРУ (с флажком). 3.Беседа на тему: «Наши помощники на дороге». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг:	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.61 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.68 3. М.А. Фисенко «ОБЖ», стр79

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение «Растяжка ног».</li> <li>Подвижная игра «Мяч капитану».</li> <li>Малоподвижная игра «Улитка».</li> </ul>	4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,63
6.	Правила дорожного движения.	1.Занимательная разминка. (комплекс №6). 2.ОРУ (с флажком). 3.Беседа на тему: «Наши помощники на дороге». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение «Растяжка ног».</li> <li>Подвижная игра «Мяч капитану».</li> <li>Малоподвижная игра «Улитка»</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.61 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.68 3. М.А. Фисенко «ОБЖ», стр79 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,63
7.	Ребёнок и природа.	1.Занимательная разминка. (комплекс №6). 2.ОРУ (с флажком). 3.Беседа на тему: «Почему хорошо на свете?». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение « Растяжка ног ».</li> <li>Подвижная игра «Мяч капитану».</li> <li>Малоподвижная игра «Улитка».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.61 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.68 3. М.А. Фисенко «ОБЖ», стр20 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,63
8.	Ребёнок и природа.	1.Занимательная разминка. (комплекс №6). 2.ОРУ (с флажком). 3.Беседа на тему: «Будем охранять и беречь природу». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение «Растяжка ног ».</li> <li>Подвижная игра «Мяч капитану».</li> <li>Малоподвижная игра «Улитка».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.61 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.68 3. М.А. Фисенко «ОБЖ», стр24 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,63
Декабрь	<b>Тема</b>		
	« Я - человек». Задачи: познакомить с разными видами закаливания, дыхательной, коррекционной гимнастикой; дать элементарные представления о строении тела человека(скелет, мышцы, кожа, осанка, сердце, кровеносная система, лёгкие, головной мозг и т.д.)		
<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>содержание</b>	<b>литература</b>
1.	«Знай своё тело. Скелет»	1.Занимательная разминка (комплекс №7). 2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1).	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.66 2.Л.И.Пензулаева

		<p>3.Беседа на тему «Скелет»  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Ах , ладошки ,вы ладошки!».</li> <li>• Подвижная игра «Мороз-красный нос».</li> <li>• Малоподвижная игра «Разверни круг».</li> </ul>	<p>«Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.72  3.Т.Г.Кареева «Формирование здорового образа жизни у дошкольников», стр47  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,68</p>
2.	«Знай своё тело. Мышцы».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №7).  2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1).  3. Беседа на тему «Мышцы».  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика .(комплекс №2)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ах , ладошки ,вы ладошки!».</li> <li>• Подвижная игра «Мороз-красный нос».</li> <li>• Малоподвижная игра «Разверни круг».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.66  2.Л.И.Пензулаева  «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.72  3. Т.Г.Кареева «Формирование здорового образа жизни у дошкольников», стр47  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,68</p>
3.	«Знай своё тело. Кожа».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №7).  2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1).  3.Беседа на тему «Кожа».  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ах , ладошки ,вы ладошки!».</li> <li>• Подвижная игра «Мороз-красный нос».</li> <li>• Малоподвижная игра «Разверни круг».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.66  2.Л.И.Пензулаева  «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.72  3. Т.Г. Кареева «Формирование здорового образа жизни у дошкольников», стр51  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,68</p>
4.	«Знай своё тело. Осанка».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №7).  2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1).  3.Беседа на тему «Осанка».  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ах , ладошки ,вы ладошки!».</li> <li>• Подвижная игра «Мороз-красный нос».</li> <li>• Малоподвижная игра «Разверни круг».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.66  2.Л.И.Пензулаева  «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.72  3. Т.Г. Кареева «Формирование здорового образа жизни у дошкольников», стр53  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,68</p>
5.	«Знай своё тело. Сердце».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №8).  2.ОРУ (с кеглями)  3.Беседа на тему «Сердце».</p>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.70  2.Л.И.Пензулаева</p>

		<p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Карусель».</li> <li>• Подвижная игра «Мышеловка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Добрые слова».</li> </ul>	<p>«Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.81</p> <p>3. Т.Г. Кареева «Формирование здорового образа жизни у дошкольников», стр56</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,73</p>
6.	«Знай своё тело. Кровеносная система».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №8).</p> <p>2.ОРУ (с кеглями) (комплекс№1).</p> <p>3.Беседа на тему «Кровеносная система».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Карусель ».</li> <li>• Подвижная игра «Мышеловка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Добрые слова».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.70</p> <p>2.Л.И.Пензулаева</p> <p>«Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.81</p> <p>3. Т.Г.Кареева «Формирование здорового образа жизни у дошкольников», стр58</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,73</p>
7.	«Знай своё тело. Лёгкие».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №8).</p> <p>2.ОРУ (с кеглями)</p> <p>3.Беседа на тему «Лёгкие».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика .(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Карусель».</li> <li>• Подвижная игра «Мышеловка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Добрые слова».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.70</p> <p>2.Л.И.Пензулаева</p> <p>«Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.81</p> <p>3. Т.Г. Кареева «Формирование здорового образа жизни у дошкольников», стр60</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,73</p>
8.	«Знай своё тело. Головной мозг».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №8).</p> <p>2.ОРУ (с кеглями)</p> <p>3.Беседа на тему «Головной мозг».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Карусель».</li> <li>• Подвижная игра «Мышеловка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Добрые слова».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.70</p> <p>2.Л.И.Пензулаева</p> <p>«Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.81</p> <p>3. Т.Г. Кареева «Формирование здорового образа жизни у дошкольников», стр63</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,73</p>
Январь	<b>Тема</b>		
	<p><b>« Я открываю мир движений».</b></p> <p>Задачи: Познакомить со способами развития двигательных способностей человека ( зачем человеку сила? Сила нужна, чтобы все трудные дела получались) Иметь представления о</p>		

зимних и летних спортивных упражнениях, особенностях их выполнения.			
№	Тема занятия	содержание	литература
1.	Школа гимнастической скамейки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №9). 2.ОРУ (на гимнастической скамейке) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Лодочка».</li> <li>• Подвижная игра « Быстро возьми».</li> <li>• Малоподвижная игра «Кто ушёл?».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.77 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.83 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,80
2.	Школа гимнастической скамейки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №9). 2.ОРУ (на гимнастической скамейке ) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Лодочка ».</li> <li>• Подвижная игра « Быстро возьми».</li> <li>• Малоподвижная игра «Кто ушёл?».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.77 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.83 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,80
3.	Школа гимнастической скамейки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №9). 2.ОРУ (на гимнастической скамейке ) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Лодочка ».</li> <li>• Подвижная игра « Быстро возьми».</li> <li>• Малоподвижная игра «Кто ушёл?».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.77 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.83 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,80
4.	Школа гимнастической скамейки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №9). 2.ОРУ ( на гимнастической скамейке ) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Лодочка ».</li> <li>• Подвижная игра « Быстро возьми».</li> <li>• Малоподвижная игра «Кто ушёл?».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.77 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.83 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,80
5.	Школа скакалки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №10). 2.ОРУ (со скакалкой). 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Насос».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.81 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.90 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,80



		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подвижная игра « Мяч соседу».</li> <li>• Малоподвижная игра «Тихо-громко».</li> </ul>	физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,83
6.	Школа скакалки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №10). 2.ОРУ (со скакалкой). 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 4. Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Насос ».</li> <li>• Подвижная игра « Мяч соседу».</li> <li>• Малоподвижная игра «Тихо-громко».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.81 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.90 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11,83
7.	Школа скакалки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №10). 2.ОРУ (со скакалкой). 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Насос ».</li> <li>• Подвижная игра « Мяч соседу».</li> <li>• Малоподвижная игра «Тихо-громко».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.81 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.90 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,83
8.	Школа скакалки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №10). 2.ОРУ (со скакалкой). 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Насос ».</li> <li>• Подвижная игра « Мяч соседу».</li> <li>• Малоподвижная игра «Тихо-громко».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.81 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.90 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11,83

**Тема**

**« Я учусь охранять свою жизнь и здоровье».**

Задачи: продолжать формировать представления о правилах личной безопасности в быту и в различных жизненных ситуациях. Ребёнок должен знать своё имя, фамилию, возраст, адрес, телефон. Знать, о том, что если загорелась квартира, нужно немедленно покинуть помещение и позвать на помощь, а не прятаться; нельзя играть со спичками и огнём, трогать газовые краны у плиты, включать электроприборы. Знать телефон пожарной охраны-01 и т д.

№	Тема занятия	содержание	литература
1.	Один дома	1.Занимательная разминка. (комплекс №11). 2.ОРУ ( без предметов) 3.Беседа на тему: «Знаешь ли ты свой адрес, телефон и можешь ли объяснить, где живёшь?».	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.86 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для

		<p>4. Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5. Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Маленький мостик».</li> <li>• Подвижная игра «Снежная королева».</li> <li>• Малоподвижная игра «Оттолкни мяч».</li> </ul>	<p>детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.77</p> <p>3. М.А. Фисенко «ОБЖ», стр88</p> <p>4,5. К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11,88</p>
2.	Один дома.	<p>1.Занимательная разминка.(комплекс №11).</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему: «Пожар».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Маленький мостик ».</li> <li>• Подвижная игра «Снежная королева».</li> <li>• Малоподвижная игра «Оттолкни мяч».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.86</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.77</p> <p>3. М.А. Фисенко «ОБЖ», стр14</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду » (5-7лет), стр.11,88</p>
3.	Опасные предметы	<p>1.Занимательная разминка.(комплекс №11).</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему: «Пожароопасные предметы».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Маленький мостик ».</li> <li>• Подвижная игра «Снежная королева».</li> <li>• Малоподвижная игра «Оттолкни мяч».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.86</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.77</p> <p>3. М.А. Фисенко «ОБЖ», стр 9</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,88</p>
4.	Опасные предметы.	<p>1.Занимательная разминка.(комплекс №11).</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему: «Предметы, требующие осторожного обращения».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Маленький мостик ».</li> <li>• Подвижная игра «Снежная королева».</li> <li>• Малоподвижная игра «Оттолкни мяч».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.86</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.77</p> <p>3. М.А. Фисенко «ОБЖ», стр11</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,88</p>
5.	Правила дорожного движения.	<p>1.Занимательная разминка.(комплекс №12).</p> <p>2.ОРУ (с косичкой)</p> <p>3.Беседа на тему: «Опасные участки на</p>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.89</p> <p>2.Л.И.Пензулаева</p>

		<p>пешеходной части улицы).</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Паровозик».</li> <li>• Подвижная игра «Ловишки с ленточкой».</li> <li>• Малоподвижная игра «Не урони мяч».</li> </ul>	<p>«Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.76</p> <p>3. М.А. Фисенко «ОБЖ», стр83</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,91</p>
6.	Правила дорожного движения.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №12).</p> <p>2.ОРУ (с косичкой)</p> <p>3.Беседа на тему: «Катание на велосипеде (самокате, роликах) в черте города».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Паровозик».</li> <li>• Подвижная игра «Ловишки с ленточкой».</li> <li>• Малоподвижная игра «Не урони мяч».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.89</p> <p>2.Л.И.Пензулаева</p> <p>«Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.76</p> <p>3. М.А. Фисенко «ОБЖ», стр83</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,91</p>
7.	Ребёнок и природа.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №12).</p> <p>2.ОРУ (с косичкой)</p> <p>3.Беседа на тему: «Контакты с животными».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Паровозик».</li> <li>• Подвижная игра «Ловишки с ленточкой».</li> <li>• Малоподвижная игра «Не урони мяч».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.89</p> <p>2.Л.И.Пензулаева</p> <p>«Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.76</p> <p>3. М.А. Фисенко «ОБЖ», стр32</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11, 91</p>
8.	Ребёнок и природа.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №12).</p> <p>2.ОРУ (с косичкой)</p> <p>3. Беседа на тему: «Контакты с животными».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Паровозик».</li> <li>• Подвижная игра «Ловишки с ленточкой».</li> <li>• Малоподвижная игра «Не урони мяч».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.89</p> <p>2.Л.И.Пензулаева</p> <p>«Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.76</p> <p>3 М.А. Фисенко «ОБЖ», стр32</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11, 91</p>
<b>Ма</b>	<b>Тема</b>		
<b>нт</b>	« Я - человек».		

Задачи: показать на основе литературных героев способы заботы о своём организме, о том, как свежий воздух, солнце, вода помогают при закаливании организма, о способах воздействия «лечебных запахов».

№	Тема занятия	содержание	литература
1.	« Я-человек»	1.Занимательная разминка (комплекс №13). 2.ОРУ без предметов (комплекс№1). 3.Беседа по прочитанному произведению «Кошкин дом». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Колобок».</li> <li>• Подвижная игра «Вдвоём в одном обруче».</li> <li>• Малоподвижная игра «тик-так».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.94 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.79 3. С.Я.Маршак. 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,96
2.	« Я-человек»	1.Занимательная разминка (комплекс №13). 2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1). 3.Беседа по прочитанному произведению «Цветик-семицветик». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №3) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Колобок ».</li> <li>• Подвижная игра «Вдвоём в одном обруче».</li> <li>• Малоподвижная игра «тик-так».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.94 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.79 3.В.Катаев. 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,96
3.	Строение тела.	1.Занимательная разминка (комплекс №13). 2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1). 3.Беседа по прочитанному произведению «Моё тело» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Колобок ».</li> <li>• Подвижная игра «Вдвоём в одном обруче».</li> <li>• Малоподвижная игра «тик-так».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.94 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.79 3.А.Пиль. 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,96
4.	Строение тела.	1.Занимательная разминка (комплекс №13). 2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1). 3.Беседа по прочитанному произведению «Ребята и утята». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Колобок ».</li> <li>• Подвижная игра «Вдвоём в одном обруче».</li> <li>• Малоподвижная игра «тик-так».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.94 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.79 3.Ф.Паустовский. 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,96

5.	Гигиена тела.	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №14).</p> <p>2.ОРУ (с флажками) (комплекс№1).</p> <p>3.Беседа по прочитанному произведению «Девочка чумазая».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика . (комплекс №3)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Достань мяч».</li> <li>• Подвижная игра «Успей выбежать».</li> <li>• Малоподвижная игра «Гусиная прогул</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду » (5-7лет), стр.97</p> <p>2.Л.И.Пензулаева</p> <p>«Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.86</p> <p>3.А.Барто.</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,99</p>
6.	Гигиена тела.	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №14).</p> <p>2.ОРУ (с флажками)</p> <p>3. Беседа по прочитанному произведению «Мойдодыр».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Достань мяч ».</li> <li>• Подвижная игра «Успей выбежать».</li> <li>• Малоподвижная игра «Гусиная прогулка».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.97</p> <p>2.Л.И.Пензулаева</p> <p>«Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.86</p> <p>3.К.Чуковский</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,99</p>
7.	Я-человек.	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №14).</p> <p>2.ОРУ (с флажками)</p> <p>3. Беседа по прочитанному произведению «Снежная королева»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Достань мяч».</li> <li>• Подвижная игра «Успей выбежать».</li> <li>• Малоподвижная игра «Гусиная прогулка»</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.97</p> <p>2.Л.И.Пензулаева</p> <p>«Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.86</p> <p>3. Г-Х. Андерсен.</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,99</p>
8.	Я-человек.	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №14).</p> <p>2.ОРУ (с флажками)</p> <p>3.Беседа по прочитанному произведению «Рассказ о неизвестном герое».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Достань мяч ».</li> <li>• Подвижная игра «Успей выбежать».</li> <li>• Малоподвижная игра «Гусиная</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.97</p> <p>2.Л.И.Пензулаева</p> <p>«Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.86</p> <p>3.С.Я.Маршак.</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,99</p>

		прогулка».	
Апрель	<b>Тема</b>		
	<p><b>« Я открываю мир движений».</b>  Задачи: Познакомить с правилами использования спортивного инвентаря, требованиями к подготовке спортивной площадки. Познакомить детей с некоторыми правилами выполнения физических упражнений.</p>		
№	Тема занятия	содержание	литература
1.	Школа гимнастической палки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №15). 2.ОРУ (с гимнастической палкой) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Ракета».</li> <li>• Подвижная игра « Карусель».</li> <li>• Малоподвижная игра «Щука».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.104 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.74 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,107
2.	Школа гимнастической палки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №15). 2.ОРУ (с гимнастической палкой) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика . (комплекс №3) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ракета ».</li> <li>• Подвижная игра « Карусель».</li> <li>• Малоподвижная игра «Щука».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.104 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.74 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,107
3.	Школа гимнастической палки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №15). 2.ОРУ (с гимнастической палкой) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика .(комплекс №3) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ракета ».</li> <li>• Подвижная игра « Карусель».</li> <li>• Малоподвижная игра «Щука».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.104 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.74 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,107
4.	Школа гимнастической палки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №1) 2.ОРУ (с гимнастической палкой) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика .(комплекс №3) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ракета ».</li> <li>• Подвижная игра « Карусель».</li> <li>• Малоподвижная игра «Щука».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.104 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.74 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,107.
5.	Школа фитбола.	1.Занимательная разминка. (комплекс №16)	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»

		<p>2.ОРУ (с фитболом)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Экскаватор».</li> <li>• Подвижная игра « Вышибалы».</li> <li>• Малоподвижная игра «Необычный художник».</li> </ul>	<p>(5-7лет), стр.108</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.53</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,110</p>
6.	Школа фитбола.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №16).</p> <p>2.ОРУ (с фитболом)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Экскаватор».</li> <li>• Подвижная игра « Вышибалы».</li> <li>• Малоподвижная игра «Необычный художник».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.108</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.53</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11, 110</p>
7.	Школа фитбола.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №16).</p> <p>2.ОРУ (с фитболом)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Экскаватор».</li> <li>• Подвижная игра « Вышибалы».</li> <li>• Малоподвижная игра «Необычный художник»</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.108</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.53</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11, 110</p>
8.	Школа фитбола.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №16).</p> <p>2.ОРУ (с фитболом)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Экскаватор».</li> <li>• Подвижная игра « Вышибалы».</li> <li>• Малоподвижная игра «Необычный художник»</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.108</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.53</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11, 110</p>
Май	<b>тема</b>		
	<p><b>« Я учусь охранять свою жизнь и здоровье».</b> Задачи: учить ребёнка предвидеть последствия своих действий на основе разных ситуаций (если ты потерялся в парке, лесу, остался один дома, встретился с незнакомым человеком и др.).</p>		
№	Тема занятия	содержание	литература

1.	Один дома	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №17).</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему: «Насильственные действия взрослого человека на улице».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Крокодил».</li> <li>• Подвижная игра «Меткий стрелок».</li> <li>• Малоподвижная игра «Птицелов».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду » (5-7лет), стр.113</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.85</p> <p>3. М.А. Фисенко. «ОБЖ» стр.7</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,116</p>
2.	Один дома.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №17).</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему: «К кому можно обратиться за помощью, если ты потерялся на улице».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Крокодил ».</li> <li>• Подвижная игра «Меткий стрелок».</li> <li>• Малоподвижная игра «Птицелов».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.113</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.85</p> <p>3.М.А.Фисенко. «ОБЖ» стр.86</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,116</p>
3.	Опасные предметы.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №17)</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему: «Предметы, требующие осторожного обращения».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Крокодил».</li> <li>• Подвижная игра «Меткий стрелок».</li> <li>• Малоподвижная игра «Птицелов».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.113</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.85</p> <p>3. М.А. Фисенко. «ОБЖ» стр.11</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,116</p>
4.	Опасные предметы.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №17).</p> <p>2.ОРУ (без предметов)</p> <p>3.Беседа на тему: «Использование и хранение опасных предметов».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Крокодил».</li> <li>• Подвижная игра «Меткий стрелок».</li> <li>• Малоподвижная игра «Птицелов».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.113</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.85</p> <p>3. М.А. Фисенко. «ОБЖ» стр.13</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,116</p>



5.	Правила дорожного движения.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №18)</p> <p>2.ОРУ (с кубиком)</p> <p>3.Беседа на тему: «В городском транспорте».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Гусеница».</li> <li>• Подвижная игра «Классики».</li> <li>• Малоподвижная игра «Мышка».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.117</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.88</p> <p>3. М.А. Фисенко. «ОБЖ» стр.78</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,120</p>
6.	Правила дорожного движения.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №18).</p> <p>2.ОРУ (с кубиком)</p> <p>3.Беседа на тему: «В городском транспорте».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Гусеница ».</li> <li>• Подвижная игра «Классики».</li> <li>• Малоподвижная игра «Мышка».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.117</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.88</p> <p>3.М.А.Фисенко. «ОБЖ» стр.78</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,120</p>
7.	Ребёнок и природа.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №18).</p> <p>2.ОРУ (с кубиком)</p> <p>3.Беседа на тему: «Съедобные и несъедобные грибы».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Гусеница ».</li> <li>• Подвижная игра «Классики».</li> <li>• Малоподвижная игра «Мышка».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.117</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.88</p> <p>3. М.А. Фисенко. «ОБЖ» стр.27</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,120</p>
8.	Ребёнок и природа.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №18).</p> <p>2.ОРУ (с кубиком)</p> <p>3.Беседа на тему: «Съедобные ягоды и ядовитые растения».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Гусеница ».</li> <li>• Подвижная игра «Классики».</li> <li>• Малоподвижная игра «Мышка».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.117</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.88</p> <p>3. М.А. Фисенко. «ОБЖ» стр.29</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,120</p>

### Перспективное планирование для подготовительной группы

Тема

	<p><b>« Я - человек».</b>          Задачи: формировать положительную оценку и образ себя; обращать внимание на свою внешность отвечать на вопросы (тебе нравится свое имя, хотел бы ты, чтобы тебя звали по-другому? Как? Какое у тебя полное имя, отчество, а мамы и папы? Какая у тебя семья, твои домашние обязанности?) Понимать особенности функционирования человеческого тела, самостоятельно выполнять правила гигиены.</p>		
№	Тема занятия	содержание	литература
1.	« Я - человек ».	1.Занимательная разминка (комплекс №1) 2.ОРУ(без предметов) (комплекс№1) 3.Беседа на тему «Кто я?» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Качалочка».</li> <li>• Подвижная игра «Возьми платочек».</li> <li>• Малоподвижная игра «Подкрадись неслышно».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.37 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет),стр.95 3. Л.Ф.Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», стр10 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,40
2.	« Я - человек ».	1.Занимательная разминка (комплекс №1 ) 2.ОРУ (без предметов ) (комплекс№1) 3.Беседа на тему «Я не похож на других». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Качалочка».</li> <li>• Подвижная игра «Возьми платочек».</li> <li>• Малоподвижная игра «Подкрадись неслышно».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.37 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.95 3. Л.Ф.Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», стр11 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,40
3.	«Строение тела».	1.Занимательная разминка (комплекс №1) 2.ОРУ (без предметов) (комплекс№2) 3.Беседа на тему «Наши органы» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Качалочка ».</li> <li>• Подвижная игра «Возьми платочек».</li> <li>• Малоподвижная игра «Подкрадись неслышно».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.37 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.95 3.Р.Ротенберг. «Расти здоровым», стр. 9 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,40

4.	«Строение тела».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №1)</p> <p>2.ОРУ (без предметов) (комплекс№2)</p> <p>3.Беседа на тему «Наши органы»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Качалочка ».</li> <li>• Подвижная игра «Возьми платочек».</li> <li>• Малоподвижная игра «Подкрадись неслышно».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.37</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.95</p> <p>3. Р. Ротенберг. «Расти здоровым», стр. 9</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,40</p>
5.	«Гигиена тела».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №2)</p> <p>2.ОРУ (с малым мячом) (комплекс№2)</p> <p>3 Беседа на тему «Умывание и купание»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Цапля».</li> <li>• Подвижная игра «Хитрая лиса».</li> <li>• Малоподвижная игра «Угадай по голосу».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.41</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.96</p> <p>3. Р. Ротенберг. «Расти здоровым», стр. 347</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,43</p>
6.	«Гигиена тела».	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №2)</p> <p>2.ОРУ (с малым мячом) (комплекс№2)</p> <p>3. Беседа на тему «Умывание и купание»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Цапля».</li> <li>• Подвижная игра «Хитрая лиса».</li> <li>• Малоподвижная игра «Угадай по голосу»</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.41</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.96</p> <p>3. Р. Ротенберг. «Расти здоровым», стр. 347</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,43</p>
7.	«Я-человек»	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №2)</p> <p>2.ОРУ (с малым мячом) (комплекс№2)</p> <p>3.Беседа на тему «Как работает мозг»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Цапля».</li> <li>• Подвижная игра «Хитрая лиса».</li> <li>• Малоподвижная игра «Угадай по голосу».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.41</p> <p>2. Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста»(3-7лет), стр.96</p> <p>3. Р. Ротенберг. «Расти здоровым», стр. 23</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,43</p>

8.	«Я-человек»	1.Занимательная разминка (комплекс №2) 2.ОРУ (с малым мячом) (комплекс№2) 3. Беседа на тему «Наши нервы» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Цапля».</li> <li>• Подвижная игра «Хитрая лиса».</li> <li>• Малоподвижная игра «Угадай по голосу».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.41 2..Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста»(3-7лет), стр.96 3. Р. Ротенберг. «Расти здоровым», стр. 30 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,43
----	-------------	--	--

Октябрь	<b>Тема</b>	
	<b>« Я открываю мир движений».</b> Задачи: уточнить представления о технике выполнения движений.	

№	Тема занятия	содержание	литература
1.	Школа мяча.	1.Занимательная разминка. (комплекс №3) 2. ОРУ (с мячом) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей) 5. Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Катание на морском коньке».</li> <li>• Подвижная игра « Собери мячи».</li> <li>• Малоподвижная игра «Пустое место».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.47 2..Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.98 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,51
2.	Школа мяча.	1.Занимательная разминка. (комплекс №3) 2.ОРУ (с мячом) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1) 4. Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Катание на морском коньке ».</li> <li>• Подвижная игра « Собери мячи».</li> <li>• Малоподвижная игра «Пустое место».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.47 2..Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.98 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,51
3.	Школа мяча.	1.Занимательная разминка. (комплекс №3) 2.ОРУ (с мячом) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1) 4. Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей) 5. Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Катание на</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.47 2..Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.98 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»

		<p>морском коньке ».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подвижная игра « Собери мячи».</li> <li>• Малоподвижная игра «Пустое место».</li> </ul>	(5-7лет), стр.11,51
4.	Школа мяча.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Занимательная разминка. (комплекс №3)</li> <li>2.ОРУ (с мячом)</li> <li>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1)</li> <li>4. Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей)</li> <li>5. Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Катание на морском коньке ».</li> <li>• Подвижная игра « Собери мячи».</li> <li>• Малоподвижная игра «Пустое место».</li> </ul> </li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.47</li> <li>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста»(3-7лет), стр.98</li> <li>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,51</li> </ol>
5.	Школа обруча.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Занимательная разминка. (комплекс №4)</li> <li>2.ОРУ (с мячом)</li> <li>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1)</li> <li>4. Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей)</li> <li>5. Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Стойкий оловянный солдатик».</li> <li>• Подвижная игра «Удочка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Змея».</li> </ul> </li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.52</li> <li>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.98</li> <li>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,55</li> </ol>
6.	Школа обруча.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Занимательная разминка. (комплекс №4)</li> <li>2. ОРУ (с мячом)</li> <li>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1)</li> <li>4 Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей)</li> <li>5. Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Стойкий оловянный солдатик ».</li> <li>• Подвижная игра «Удочка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Змея».</li> </ul> </li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.52</li> <li>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.98</li> <li>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,55</li> </ol>
7.	Школа обруча.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Занимательная разминка. (комплекс №4)</li> <li>2.ОРУ (с мячом)</li> <li>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1)</li> <li>4. Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей)</li> <li>5. Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Стойкий оловянный солдатик ».</li> <li>• Подвижная игра «Удочка».</li> </ul> </li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.52</li> <li>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.98</li> <li>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,55</li> </ol>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Малоподвижная игра «Змея».</li> </ul>	
8.	Школа обруча.	1.Занимательная разминка. (комплекс №4) 2.ОРУ (с мячом) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей) 5. Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Стойкий оловянный солдатик».</li> <li>• Подвижная игра «Удочка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Змея».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.52 2.Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.98 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11, 55

**Тема**

**« Я учусь охранять свою жизнь и здоровье».**

Задачи: формировать систему представлений о здоровье человека, о том, что оно зависит от правильного удовлетворения его жизненно-важных потребностей, сохранении целостности его органов, качеств среды обитания.

№	Тема занятия	содержание	литература
1.	Один дома.	1.Занимательная разминка. (комплекс №5) 2.ОРУ (без предметов) 3. Беседа на тему: «Знаешь ли ты себя». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Ловкий чертёнок».</li> <li>• Подвижная игра «По местам».</li> <li>• Малоподвижная игра «Парк аттракционов».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.57 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.100 3.Е.А.Алябьева «Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста», стр60 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,60
2.	Один дома.	1.Занимательная разминка. (комплекс №5) 2.ОРУ (без предметов) 3.Беседа на тему: «Как можно узнать настроение человека». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ловкий чертёнок ».</li> <li>• Подвижная игра «По местам».</li> <li>• Малоподвижная игра «Парк аттракционов».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.57 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.100 3. Е.А. Алябьева «Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста», стр62 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,60
3.	Опасные предметы	1.Занимательная разминка. (комплекс №5) 2.ОРУ (без предметов) 3.Беседа на тему: «Чтобы не было беды» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1)	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.57 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.100

		<p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ловкий чертёнок ».</li> <li>• Подвижная игра «По местам».</li> <li>• Малоподвижная игра «Парк аттракционов».</li> </ul>	<p>3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр46 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,60</p>
4.	Опасные предметы.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №5) 2.ОРУ (без предметов) 3.Дидактическая игра «Опасные предметы» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ловкий чертёнок ».</li> <li>• Подвижная игра «По местам».</li> <li>• Малоподвижная игра «Парк аттракционов».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.57 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.100 3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр47 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,60</p>
5.	Правила дорожного движения.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №6) 2.ОРУ (с флажками) 3. Беседа на тему: «Всем ребятам надо знать, как по улице шагать». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1) 5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Растяжка ног».</li> <li>• Подвижная игра «Мяч капитану».</li> <li>• Малоподвижная игра «Улитка».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.61 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.101 3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр13 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,63</p>
6.	Правила дорожного движения.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №6) 2.ОРУ (с флажками) 3 Беседа на тему: «Безопасное поведение на улице». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Растяжка ног ».</li> <li>• Подвижная игра «Мяч капитану».</li> <li>• Малоподвижная игра «Улитка».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.61 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста»(3-7лет), стр.101 3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр12 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,63</p>
7.	Ребёнок и природа.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №6) 2.ОРУ ( с флажками) 3. Беседа на тему: «Воздух видимый и невидимый». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №1) 5.Весёлый тренинг:</p>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.61 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.101 3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр12 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,63</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение «Растяжка ног».</li> <li>Подвижная игра «Мяч капитану».</li> <li>Малоподвижная игра «Улитка»</li> </ul>	рова «ОБЖ для старших дошкольников», стр35 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,63
8.	Ребёнок и природа.	1.Занимательная разминка. (комплекс №6) 2.ОРУ (с флажками) 3. Беседа на тему: «Воздух видимый невидимый». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №1) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение «Растяжка ног».</li> <li>Подвижная игра «Мяч капитану».</li> <li>Малоподвижная игра «Улитка».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет),стр.61 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.101 3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр36 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,63
Декабрь	<b>Тема</b>		
	<b>«Я - человек».</b> Задачи: Рассказать о способах бережного отношения человека к своему телу, о неприятностях, которые подстерегают человека, не выполняющего правила жизненной безопасности. Познакомить детей с чувствами и настроениями человека, показать, как отражаются на его лице(страх, усталость, обида, радость, тревога, и др.)		
<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>содержание</b>	<b>литература</b>
1.	Я-человек.	1.Занимательная разминка (комплекс №7). 2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1). 3.Беседа на тему «Страх и испуг» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №2) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение «Ах, ладошки, вы ладошки!».</li> <li>Подвижная игра «Мороз-красный нос».</li> <li>Малоподвижная игра «Разверни круг»</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.66 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.103 3.Р.Ротенберг. «Расти здоровым», стр453 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,69
2.	Я-человек.	1.Занимательная разминка (комплекс №7). 2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1). 3.Беседа на тему «Волнения и переживания». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>Игровое упражнение «Ах, ладошки, вы, ладошки!».</li> <li>Подвижная игра «Мороз-красный нос».</li> <li>Малоподвижная игра «Разверни круг»</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.66 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.103 3. Р. Ротенберг. «Расти здоровым», стр. 556 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11, 69



3.	Строение тела.	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №7).</p> <p>2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1).</p> <p>3.Беседа на тему «Мышцы, кости и суставы»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ах, ладошки, вы ладошки!».</li> <li>• Подвижная игра «Мороз-красный нос».</li> <li>• Малоподвижная игра «Разверни круг».</li> </ul>	<p>К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.66</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.103</p> <p>3. Р. Ротенберг. «Расти здоровым», стр. 51</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,22</p>
4.	Строение тела.	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №7).</p> <p>2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1).</p> <p>3.Беседа на тему «Сердце и кровеносные сосуды»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ах, ладошки, вы ладошки!».</li> <li>• Подвижная игра «Мороз-красный нос».</li> <li>• Малоподвижная игра «Разверни круг</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.66</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.103</p> <p>3. Р. Ротенберг. «Расти здоровым», стр.57</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11, 69.</p>
5.	Гигиена тела.	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №8).</p> <p>2.ОРУ (с кеглями) (комплекс№1).</p> <p>3.Беседа на тему «И о коже надо заботиться»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Карусель».</li> <li>• Подвижная игра «Мышеловка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Добрые слова»</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.70</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.87</p> <p>3. Р. Ротенберг. «Расти здоровым», стр. 377</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11,73.</p>
6.	Гигиена тела	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №8).</p> <p>2.ОРУ (с кеглями) (комплекс№1).</p> <p>3.Беседа на тему «Правила чистоты»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Карусель ».</li> <li>• Подвижная игра «Мышеловка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Добрые слова»</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.70</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста»(3-7лет), стр.87</p> <p>3.Г.И.Кулик, Н.Н.Сергиенко «Школа здорового человека», стр75</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,73.</p>

7.	Я-человек.	1.Занимательная разминка (комплекс №8). 2.ОРУ (с кеглями) (комплекс№1). 3.Беседа на тему «Щедрость и жадность». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Карусель ».</li> <li>• Подвижная игра «Мышеловка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Добрые слова»</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.70 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.87 3. Р.Ротенберг. «Расти здоровым», стр. 470 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11, 73.
8.	Я-человек.	1.Занимательная разминка (комплекс №8). 2.ОРУ (с кеглями) (комплекс№1). 3.Беседа на тему «Невыдержанность» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Карусель ».</li> <li>• Подвижная игра «Мышеловка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Добрые слова»</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.70 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.87 3. Р. Ротенберг. «Расти здоровым», стр. 483 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,73

**Тема**

**Январь**

**« Я открываю мир движений».**

Задачи: Учить различать по существенным признакам скорость, направление движения, смену темпа и ритма.

№	Тема занятия	содержание	литература
1.	Школа гимнастической скамейки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №9). 2.ОРУ (на гимнастической скамейке) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 4. Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Лодочка».</li> <li>• Подвижная игра « Быстро возьми».</li> <li>• Малоподвижная игра «Кто ушёл?».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.77 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.101 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,80
2.	Школа гимнастической скамейки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №9). 2.ОРУ (на гимнастической скамейке)-. 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Лодочка ».</li> <li>• Подвижная игра « Быстро возьми».</li> <li>• Малоподвижная игра «Кто ушёл?».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.77 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет),стр.101 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11, 80

3.	Школа гимнастической скамейки.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №9).</p> <p>2. ОРУ (на гимнастической скамейке)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Лодочка ».</li> <li>• Подвижная игра « Быстро возьми».</li> <li>• Малоподвижная игра «Кто ушёл?».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.77</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.101</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,80</p>
4.	Школа гимнастической скамейки.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №9).</p> <p>2.ОРУ (на гимнастической скамейке)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Лодочка ».</li> <li>• Подвижная игра « Быстро возьми».</li> <li>• Малоподвижная игра «Кто ушёл?».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.77</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.101</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11, 80</p>
5.	Школа скакалки	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №10).</p> <p>2.ОРУ (со скакалкой)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>4. Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5. Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Насос».</li> <li>• Подвижная игра « Мяч соседу».</li> <li>• Малоподвижная игра «Тихо-громко».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.81</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет),стр.119</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) ,стр.11,83</p>
6.	Школа скакалки.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №10 ).</p> <p>2.ОРУ (со скакалкой)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Насос».</li> <li>• Подвижная игра « Мяч соседу».</li> <li>• Малоподвижная игра «Тихо-громко».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет),стр.81</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет),стр.119</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11, 83.</p>
7.	Школа скакалки.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №10).</p> <p>2.ОРУ (со скакалкой)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) ,стр.81</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет) ,стр.119</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Насос».</li> <li>• Подвижная игра « Мяч соседу».</li> <li>• Малоподвижная игра «Тихо-громко».</li> </ul>	физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11, 83.
8.	Школа скакалки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №10). 2.ОРУ (со скакалкой) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Насос».</li> <li>• Подвижная игра « Мяч соседу».</li> <li>• Малоподвижная игра «Тихо-громко».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.81 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет),стр.53 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11, 83
Февраль	<b>Тема</b>		
	<b>« Я учусь охранять свою жизнь и здоровье».</b> Задачи: рассказать о рациональном отдыхе, развивать стойкую привычку к спорту, физической культуре, зарядке.		
<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>содержание</b>	<b>литература</b>
1.	Один дома.	1.Занимательная разминка. (комплекс №11). 2.ОРУ (без предметов) 3. Беседа на тему: «Если хочешь быть здоров». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Маленький мостик».</li> <li>• Подвижная игра «Снежная королева».</li> <li>• Малоподвижная игра «Оттолкни мяч».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.86 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста»(3-7лет), стр.110 3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр.82 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) ,стр.11,88
2.	Один дома.	1.Занимательная разминка. (комплекс №11). 2.ОРУ (без предметов) 3. Беседа на тему: «Здоровье-главная ценность». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Маленький мостик».</li> <li>• Подвижная игра «Снежная королева».</li> <li>• Малоподвижная игра «Оттолкни мяч».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.86 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет),стр.110 3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр80 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11,88.
3.	Опасные предметы.	1.Занимательная разминка. (комплекс №11). 2.ОРУ (без предметов) 3. Дидактическая игра «Можно-нельзя» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.86 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного

		<p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Маленький мостик».</li> <li>• Подвижная игра «Снежная королева».</li> <li>• Малоподвижная игра «Оттолкни мяч».</li> </ul>	<p>возраста» (3-7лет), стр.110  3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр78  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,88</p>
4.	Опасные предметы.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №11).  2.ОРУ (без предметов)  3.Дидактическая игра «У нас порядок»  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Маленький мостик».</li> <li>• Подвижная игра «Снежная королева».</li> <li>• Малоподвижная игра «Оттолкни мяч».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»(5-7лет) , стр.86  2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет),стр.110  3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр79  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11,88</p>
5.	Правила дорожного движения.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №12).  2.ОРУ (с косичкой)  3.Беседа на тему: «Два светофора».  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Паровозик».</li> <li>• Подвижная игра «Ловишки с ленточкой».</li> <li>• Малоподвижная игра «Не урони мяч».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.89  2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет),стр.108  3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр24  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11,92</p>
6.	Правила дорожного движения.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №12).  2.ОРУ (с косичкой)  3.Дидактическая игра: «Можно-нельзя, правильно-неправильно».  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Паровозик»</li> <li>• Подвижная игра «Ловишки с ленточкой».</li> <li>• Малоподвижная игра «Не урони мяч».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет),стр.89  2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста»(3-7лет),стр.108  3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр16  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,92</p>
7.	Ребёнок и природа.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №12).  2.ОРУ (с косичкой)  3.Беседа на тему: «Лекарственные растения».  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.89  2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.108  3.К.Ю.Белая, В.Н. Зимонина,</p>

		<p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Паровозик».</li> <li>• Подвижная игра «Ловишки с ленточкой».</li> <li>• Малоподвижная игра «Не урони мяч».</li> </ul>	<p>Л.А.Кондрыкинская,Л.В.Куцакова С.И.Мерзлякова,В.Н.Сахарова «Как обеспечить безопасность дошкольника», стр.27 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11,92</p>
8.	Ребёнок и природа.	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №12). 2.ОРУ (с косичкой) 3.Беседа на тему: «Ядовитые растения» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Паровозик».</li> <li>• Подвижная игра «Ловишки с ленточкой».</li> <li>• Малоподвижная игра «Не урони мяч».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.89 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет),стр.108 3.К.Ю.Белая, В.Н.Зимонина, Л.А.Кондрыкинская,Л.В.КуцаковаС.И.Мерзлякова,В.Н.Сахарова «Как обеспечить безопасность дошкольника», стр.30 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.11,92</p>
	<b>Тема</b>		
<b>Март</b>	<p><b>« Я - человек».</b> Задачи: рассказать о человеческих качествах: аккуратность, чистоплотность, общительность, красота, любовь, драчливость, доброта настойчивость, вежливость, воспитанность, образованность, талант, ила и предложить ему выбрать те, которые подходят к нему больше всего.</p>		
<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>содержание</b>	<b>литература</b>
1.	Я-человек.	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №7). 2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1). 3.Беседа на тему «Драться или не драться?» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №2) 5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Ах, ладошки, вы ладошки!».</li> <li>• Подвижная игра «Мороз-красный нос».</li> <li>• Малоподвижная игра «Разверни круг»</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.66 2.Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.103 3.Р.Ротенберг «Расти здоровым», стр. 508 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,69</p>

2.	Я-человек.	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №7).</p> <p>2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1).</p> <p>3 Беседа на тему «Будь всегда вежливым».</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ах, ладошки, вы ладошки!».</li> <li>• Подвижная игра «Мороз-красный нос».</li> <li>• Малоподвижная игра «Разверни круг</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.66</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.103</p> <p>3.С.В.Петерина «Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста», стр 52</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11, 69.</p>
3.	Я-человек.	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №7).</p> <p>2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1).</p> <p>3.Беседа на тему «Желудок и кишечник»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ах, ладошки, вы ладошки!».</li> <li>• Подвижная игра «Мороз-красный нос».</li> <li>• Малоподвижная игра «Разверни круг».</li> </ul>	<p>К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.66</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.103</p> <p>3 Р. Ротенберг «Расти здоровым», стр 71</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,22</p>
4.	Строение тела.	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №7).</p> <p>2.ОРУ (без предметов) (комплекс№1).</p> <p>3. Беседа на тему «Печень»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Ах, ладошки, вы ладошки!».</li> <li>• Подвижная игра «Мороз-красный нос».</li> <li>• Малоподвижная игра «Разверни круг</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) ,стр.66»</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет) ,стр.103</p> <p>3. Р. Ротенберг «Расти здоровым», стр 79</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11, 69</p>
5.	Гигиена тела.	<p>1.Занимательная разминка (комплекс №8).</p> <p>2.ОРУ (с кеглями) (комплекс№1).</p> <p>3. Игра «Как нужно ухаживать за собой»</p> <p>4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2)</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Карусель».</li> <li>• Подвижная игра «Мышеловка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Добрые слова»</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.70</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.87</p> <p>3.Г.И.Кулик, Н.Н.Сергиенко «Школа здорового человека», стр77</p> <p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,73</p>
6.	Гигиена тела.	1.Занимательная разминка	1.К.К.Утробина «Занимательная

		(комплекс №8). 2.ОРУ (с кеглями) (комплекс№1). 3. Игра «Определения» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение « Карусель ».</li> <li>• Подвижная игра «Мышеловка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Добрые слова»</li> </ul>	физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.70 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.87 3. Г.И.Кулик, Н.Н.Сергиенко «Школа здорового человека»,стр78 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11, 73.
7.	Я-человек.	1.Занимательная разминка (комплекс №8). 2.ОРУ (с кеглями) (комплекс№1). 3. Беседа на тему «Доставляй людям радость добрыми делами» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Карусель».</li> <li>• Подвижная игра «Мышеловка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Добрые слова»</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.70 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.87 3. С.В. Петерина «Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста», стр. 53 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11, 73
8.	Я-человек.	1.Занимательная разминка (комплекс №8). 2.ОРУ (с кеглями) (комплекс№1). 3.Беседа на тему «Правила культуры общения» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №2) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Карусель».</li> <li>• Подвижная игра «Мышеловка».</li> <li>• Малоподвижная игра «Добрые слова»</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.70 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.87 3. С.В. Петерина «Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста», стр. 82 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,73
Апрель	<b>Тема</b>		
	«Я открываю мир движений». Задачи: продолжать учить проявлять волевые усилия при выполнении сложных упражнений, настойчивость в достижении хорошего результата.		
<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>содержание</b>	<b>литература</b>
1.	Школа гимнастической палки.	1.Занимательная разминка. (комплекс №15). 2.ОРУ (с палкой) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 4. Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5. Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Ракета».</li> <li>• Подвижная игра « Карусель».</li> <li>• Малоподвижная игра «Щука».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.104 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.105 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,107
2.	Школа	1.Занимательная разминка. (комплекс №15).	1.К.К.Утробина «Занимательная



	гимнастической палки.	<p>2.ОРУ (с палкой)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Ракета».</li> <li>• Подвижная игра «Карусель».</li> <li>• Малоподвижная игра «Щука».</li> </ul>	<p>физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.104</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.105</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,107</p>
3.	Школа гимнастической палки.	<p>1.Занимательная разминка. ( комплекс №15).</p> <p>2.ОРУ (с палкой)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Ракета».</li> <li>• Подвижная игра «Карусель».</li> <li>• Малоподвижная игра «Щука».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.104</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.105</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,107</p>
4	Школа гимнастической палки.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №15).</p> <p>2.ОРУ (с палкой)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Ракета».</li> <li>• Подвижная игра «Карусель».</li> <li>• Малоподвижная игра «Щука».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.104</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.105</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,107</p>
5.	Школа фитбола.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №16).</p> <p>2.ОРУ (с мячом большого диаметра)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>4.Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Экскаватор».</li> <li>• Подвижная игра «Вышибалы».</li> <li>• Малоподвижная игра «Необычный художник».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.108</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.116</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,110</p>
6.	Школа фитбола.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №16).</p> <p>2.ОРУ (с мячом большого диаметра)</p> <p>3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)</p> <p>4. Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей).</p> <p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Экскаватор»</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.108</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.116</p> <p>3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду»</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подвижная игра «Вышибалы».</li> <li>• Малоподвижная игра «Необычный художник».</li> </ul>	(5-7лет), стр.11,110
7.	Школа фитбола.	1.Занимательная разминка. (комплекс №16). 2.ОРУ (с мячом большого диаметра) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 4. Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Экскаватор»</li> <li>• Подвижная игра «Вышибалы».</li> <li>• Малоподвижная игра «Необычный художник».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.108 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.116 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,110
8.	Школа фитбола.	1.Занимательная разминка. (комплекс №16). 2.ОРУ (с мячом большого диаметра) 3.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 4. Работа на тренажёрах (самостоятельная деятельность детей). 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Экскаватор»</li> <li>• Подвижная игра «Вышибалы».</li> <li>• Малоподвижная игра «Необычный художник».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.108 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.116 3,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,110

**Тема**

**Май**

**« Я учусь охранять свою жизнь и здоровье».**

Задачи: учить представлять правила поведения в экстремальных ситуациях, типичных для того или иного времени года (гроза, пожар, гололед, метель, сильный ветер, наводнение и т.д.).

<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>содержание</b>	<b>литература</b>
1.	Один дома	1.Занимательная разминка. (комплекс №17). 2.ОРУ (без предметов) 3. Беседа на тему: «Огонь-друг или враг». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика. (комплекс №3) 5.Весёлый тренинг: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Гусеница».</li> <li>• Подвижная игра «Меткий стрелок».</li> <li>• Малоподвижная игра «Птицелов».</li> </ul>	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.113 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.118 3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр44 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,116
2.	Один дома.	1.Занимательная разминка. (комплекс №17). 2.ОРУ (без предметов) 3. Беседа на тему: «Чтобы не было беды». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)	1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.113 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет),стр.118 3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Буха

		<p>5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Гусеница»</li> <li>• Подвижная игра «Меткий стрелок».</li> <li>• Малоподвижная игра «Птицелов».</li> </ul>	<p>рова «ОБЖ для старших дошкольников», стр46 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,116.</p>
3.	Опасные предметы.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №17). 2.ОРУ (без предметов) 3.Вечер загадок. «Предметы бывают разные - опасные и безопасные». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика (комплекс №3) 5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Гусеница»</li> <li>• Подвижная игра «Меткий стрелок».</li> <li>• Малоподвижная игра «Птицелов».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.113 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет) ,стр.118 3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр50 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,116.</p>
4.	Опасные предметы.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №17). 2.ОРУ (без предметов) 3. Составление рассказов об опасных предметах. 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Гусеница»</li> <li>• Подвижная игра «Меткий стрелок».</li> <li>• Малоподвижная игра «Птицелов».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.113 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.118 3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр72 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,116.</p>
5	Правила дорожного движения.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №18). 2.ОРУ (с кубиками). 3. Беседа на тему: «Законы уважения». 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Крокодил».</li> <li>• Подвижная игра «Классики».</li> <li>• Малоподвижная игра «Мышка».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.117 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.120 3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр25 4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,120</p>
6	Правила дорожного движения.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №18). 2.ОРУ (с кубиками). 3. Вечер загадок.«Машины на нашей улице» 4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3) 5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.117 2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет), стр.120 3.Н.С.Галицына, С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр46</p>

		<p>«Крокодил».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подвижная игра «Классики».</li> <li>• Малоподвижная игра «Мышка».</li> </ul>	<p>4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11, 120</p>
7	Ребёнок и природа.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №18).  2.ОРУ (с кубиками)  3.Беседа на тему: «Гроза».  4. Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Крокодил».</li> <li>• Подвижная игра «Классики».</li> <li>• Малоподвижная игра «Мышка».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет) , стр.117  2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет),стр.120  3.К.Ю.Белая, В.Н. Зимонина, Л.А.Кондрыкинская,Л.В.КуцаковаС.И .Мерзлякова,В.Н.Сахарова «Как обеспечить безопасность дошкольника», стр.53  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,120</p>
8	Ребёнок и природа.	<p>1.Занимательная разминка. (комплекс №18).  2.ОРУ (с кубиками.)  3. Беседа на тему: «Опасности вокруг нас».  4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика.(комплекс №3)  5.Весёлый тренинг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение «Крокодил».</li> <li>• Подвижная игра «Классики».</li> <li>• Малоподвижная игра «Мышка».</li> </ul>	<p>1.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.117  2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» (3-7лет),стр.120  3.Н.С.Галицына,С.В.Люзина,Е.Е.Бухарова «ОБЖ для старших дошкольников», стр70  4,5.К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду» (5-7лет), стр.11,120</p>

## Приложение №2

### Диагностика для детей среднего дошкольного возраста

**Цель** - изучить особенности ценностного отношения детей среднего дошкольного возраста к здоровью.

Для достижения обозначенной цели используется хорошо знакомая ребенку детская литература, например В. Беретов «Больная кукла», сказки К.И. Чуковского «Айболит», «Мойдодыр».

### **Используемые вопросы для детей среднего возраста с пособием «Я человек»**

- Кто это?
- Из каких частей состоит тело человека? Назови их, пожалуйста.
- Как ты думаешь, у человека есть главные части тела? Какие, назови. Почему эти части тела главные?
- Может ли человек прожить без руки? А без головы?
- Для чего человеку нужны руки, ноги? Туловище? Голова?
- Что находится внутри туловища?

Ребёнок среднего возраста должен знать и уметь:

#### **1. Тема «Я - Человек»**

- об основных частях тела;
- показывать основные части тела;
- о работоспособности организма;
- о полезных и не очень полезных для здоровья продуктах;
- о рождении человека;
- заботиться о членах своей семьи;

#### **2. Тема «Я открываю мир движений»**

- об основных двигательных качествах (координация, сила, гибкость, прыгучесть, скорость, реакция);
- о способе тренировки равновесия;
- играть в психологические, двигательные и дыхательные игры;
- тренировать силу выдоха с помощью спортивных тренажёров;

#### **3. Тема «Я учусь охранять свою жизнь, своё здоровье»**

- об основных дыхательных процессах (ритм дыхания, сила выдоха, объёмная скорость выдоха);
- о пользе кислорода;
- о правилах поведения в экстренных ситуациях;
- массировать рефлекторные точки ладони и ступни;
- проводить дыхательную гимнастику;
- о полезных и не очень полезных для здоровья продуктах;
- правильно выполнять правила поведения на улице;

### **Оценка.**

**Высокий уровень** – ребёнок выполняет задания самостоятельно, их выполнение не вызывает затруднений, на вопросы отвечает уверенно, поясняя свои ответы.

**Средний уровень** – ребёнок задания выполняет с небольшими затруднениями, после наводящих вопросов самостоятельно справляется с

заданием, на вопросы отвечает правильно, но не всегда может объяснить свой ответ.

**Низкий уровень** – ребёнок затрудняется выполнять задания, только по подсказке взрослого, с его помощью, на вопросы ответить затрудняется, объяснить свои ответы не может.

### **Диагностика культуры здоровья детей старшего дошкольного возраста**

**Цель** - изучить особенности ценностного отношения детей старшего дошкольного возраста к своему здоровью и здоровью человека, к здоровому образу жизни.

**Диагностический метод** - индивидуальная беседа с ребенком.

#### **Вопросы для собеседования:**

- Скажи, пожалуйста, как ты понимаешь выражение «здоровый человек»? Кого мы называем здоровым? У нас есть в группе такие дети?
- Как, по-твоему, быть здоровым - это хорошо или плохо? Почему?
- А ты заботишься о своем здоровье? Расскажи, пожалуйста, как ты это делаешь?
- Какие советы ты мне дашь, чтобы не заболеть?
- Знаешь ли ты, что такое микробы? А как защититься от них?
- Ты считаешь себя здоровым ребенком? Почему ты так думаешь?
- Кого в вашей семье можно назвать здоровым? Почему ты так считаешь?
- Делаешь ли ты и твои родители утреннюю гимнастику? Обливаетесь ли вы водой? Как ты думаешь, это вредно или полезно? Почему?
- Что такое вредные привычки и есть ли они у тебя?
- Какие вредные привычки есть в вашей семье?
- Знаешь ли ты, когда человеку бывает больно? Почему так происходит, как ты думаешь?

#### **Критерий оценки**

- ✓ наличие ответов на вопросы и решений предлагаемых ребенку диагностических, игровых и проблемных ситуаций;
- ✓ адекватность детских ответов и решений;
- ✓ полнота и глубина ответов, здоровьесберегающая эрудированность ребенка;
- ✓ перенос имеющихся здоровьесберегающих знаний в решение проблемных и имитационных ситуаций;
- ✓ активность дошкольника в ходе беседы, интерес к ее содержанию

Ребёнок старшего возраста должен знать и уметь:

#### **1.Тема «Я - человек»**

- о связи движений и внутреннего состояния человека;
- о правилах закаливания организма;
- о гигиене тела;
- бережно относиться к своему телу;
- о загаре и правилах его получения;
- о правильной осанке и упражнениях для её улучшения;
- правильно пользоваться личными вещами;

- правильно загорать;
- проводить закаливание;

## **2.Тема» Я открываю мир движений»**

- о возможности развивать мышцы с помощью физических упражнений;
- выполнять ряд движений;
- делать упражнения для улучшения осанки;
- копировать движения животных и людей;

## **3.Тема « Я учусь охранять свою жизнь, своё здоровье»**

- оказывать посильную первую помощь в экстренных ситуациях;
- бережно и с любовью относиться к природе;
- правильно выполнять правила поведения на улице;

### **Оценка.**

**Высокий уровень** – ребёнок выполняет задания самостоятельно, их выполнение не вызывает затруднений, на вопросы отвечает уверенно, поясняя свои ответы.

**Средний уровень** – ребёнок задания выполняет с небольшими затруднениями, после наводящих вопросов самостоятельно справляется с заданием, на вопросы отвечает правильно, но не всегда может объяснить свой ответ.

**Низкий уровень** – ребёнок затрудняется выполнять задания, только по подсказке взрослого, с его помощью, на вопросы ответить затрудняется, объяснить свои ответы не может.

### **Диагностика освоения программы детьми в подготовительной группе**

Примерная диагностическая игровая ситуация «Опасные предметы»

**Цель** - изучить особенности компетентности детей дошкольного возраста в решении задач, связанных с соблюдением правил безопасного поведения в процессе действий с опасными предметами.

**Содержание.** Набор картинок с изображением опасных бытовых предметов: нож, иголки, ножницы, гвозди, молоток, розетка, шнур, с вилкой, огонь в камине, горящая конфорка. Как и в предыдущих случаях, этот список может быть продолжен, можно дополнить его бытовыми приборами. Набор картинок с изображениями опасных и безопасных действий с перечисленными предметами.

### **Ход диагностики:**

Педагог приглашает ребенка в игру. Взрослый отбирает картинку с изображением опасного предмета, с которым ребенок встречается в быту, чаще –в домашних условиях. Задается ряд уточняющих вопросов: «Знаком ли тебе этот предмет? Назови его.», «Почему мы называем этот предмет опасным?» Далее педагог просит ребенка отобрать картинки, на которых человек правильно использует данный предмет и тогда он не опасен для его здоровья. Затем ребенок отбирает картинки, на которых человек ведет себя неправильно и тогда предметы становятся опасными.

После выполнения задачи педагог просит ребенка прокомментировать свой выбор, особенно случаи, в которых допущена ошибка. Верность решения игровой задачи становится основным критерием компетентности ребенка.

Ребёнок подготовительной группы должен знать и уметь:

### **1.Тема «Я - человек»**

- о гигиене тела;
- о человеческих качествах;
- о своей родословной, о важности изучить опыт своей семьи;
- о дружеских отношениях между людьми;

### **2.Тема» Я открываю мир движений»**

- о семи основных функциях человеческого организма;
- выполнять ряд движений по показу взрослого и самостоятельно;
- проявлять волевые усилия ,настойчивость при выполнении упражнений;

### **3.Тема « Я учусь охранять свою жизнь, своё здоровье»**

- уметь выполнять правила поведения в экстремальных ситуациях, типичных для того или иного времени года;
- иметь систему представлений о здоровье человека, о том, что оно зависит от правильного удовлетворения его жизненно-важных потребностей, сохранении целостности его органов, качеств среды обитания;

### **Оценка.**

**Высокий уровень** – ребёнок выполняет задания самостоятельно, их выполнение не вызывает затруднений, на вопросы отвечает уверенно, поясняя свои ответы.

**Средний уровень** – ребёнок задания выполняет с небольшими затруднениями, после наводящих вопросов самостоятельно справляется с заданием, на вопросы отвечает правильно, но не всегда может объяснить свой ответ.

**Низкий уровень** – ребёнок затрудняется выполнять задания, только по подсказке взрослого, с его помощью, на вопросы ответить затрудняется, объяснить свои ответы не может.

Приложение №3

## **Конспект занятия кружка «Островок здоровья» в средней группе по теме «Я-человек»**

**Образовательные области:** «физическая культура», «здоровье», «познание», «музыка», «безопасность».

**Задачи:** формировать представление о себе как отдельном человеке; познакомить с внешними частями тела; учить ценить свое тело.

**Оборудование:** Большое зеркало, маленькие зеркала на каждого ребенка. Игрушка – плюшевый медвежонок, коврики.



**Санитарно-гигиенические условия:** место проведения – физкультурный зал. Перед началом мероприятия в физкультурном зале проводится влажная уборка, проветривание. Длительность-20 минут. Одежда детей- спортивная.

### **Ход занятия.**

#### **Вводная часть.**

Стук в дверь. Инструктор по физическому воспитанию вносит игрушку – плюшевого медвежонка.

– Здравствуйте ребята, я медвежонок, моё имя Мишутка. А у вас есть имя? Давайте познакомимся (Дети по кругу передают игрушку здороваются, называют своё имя).

– Вот мы и познакомились, оказывается, у вас у всех есть своё имя.

Инструктор по физическому воспитанию: ну вот, теперь ты всех знаешь по имени, вставай вместе с нами на разминку.

1.Занимательная разминка (комплекс №1).

Ходьба. Ходьба на носочках, руки в стороны. Ходьба на пятках, руки за спину. Ходьба «Муравьишки». Ходьба «Обезьянки». Ходьба спиной вперёд.

Бег. Заключительная ходьба.

#### **Основная часть.**

#### **2.ОРУ (без предметов):**

- И.п-стойка, ноги параллельно, руки внизу. Поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши; опустить руки через стороны, вернуться в исходное положение (4-5 раз).
- И.п- стойка, ноги на ширине плеч, руки на поясе. Поворот вправо (влево), отвести правую руку в сторону; выпрямиться, вернуться в исходное положение (по3 раза).
- И.п-стойка, ноги на ширине ступни, руки на поясе. Присесть, вынести руки вперёд; встать, выпрямиться, вернуться в исходное положение(5-6 раз).
- И.п- стойка, ноги врозь, руки за спиной. Наклониться вперёд, коснуться пола пальцами рук; выпрямиться, вернуться в исходное положение(4-5 раз).
- И.п – стойка, ноги слегка расставлены, руки на поясе. Прыжки на двух ногах на счёт 1-8; повторить 2 раза с небольшой паузой.

#### **3. Беседа на тему «Я - человек».**

*Медвежонок:* В вашем зале мне очень нравится, здесь очень уютно и красиво (осматривается, обращает внимание на зеркало).

– Ой, а что это такое блестящее?

*Дети:* это зеркало.

Медвежонок подходит ближе, заглядывает в зеркало.

*Медвежонок:* А кто в нём сидит?

Инструктор по физическому воспитанию: В нём никто не сидит.

*Медвежонок:* Но я же видел! (снова заглядывает в зеркало). Вон, видите, чьи-то ушки?

Инструктор по физическому воспитанию: Не чьи-то, а твои. Подойди поближе и посмотри, не бойся!

*Медвежонок:* Да, и, правда, я! Это зеркало – волшебное, оно меня показывает!

*Инструктор по физическому воспитанию:* Никакое оно не волшебное, оно тебя не показывает, ты сам себя видишь. Это твоё отражение!

*Медвежонок:* Моё отражение? И, правда, ушки мои, и глазки мои – чёрненькие, и даже бантик мой, на шее завязанный. Саша, подойди, посмотри какой я в зеркале красивый. Ой, да ведь там теперь Саша отражается, и шортики твои и рубашечка.

*Инструктор по физическому воспитанию:* Ребята, вы тоже посмотрите в свои зеркальца, что они отражают? (*Инструктор по физическому воспитанию спрашивает у нескольких детей. – “Кто отражается в зеркале?”, добиваясь ответа “Я”.*)

*Медвежонок:* Я, Я, Я. Как вас много – этих Я, выходит, что вы все одинаковые, все Я? И отличаетесь только по имени?

*Инструктор по физическому воспитанию:* Мы не одинаковые – мы разные, но немножко похожи.

Ребята, чем мы похожи друг на друга? (руки, ноги, голова – частями тела)  
Посмотрите ещё раз в своё зеркальце.

*Смотрю я в зеркало и головой качаю, (Качают головой.)*

*Себя тихонько изучаю.*

*Вот носик мой, (Показывают на нос)*

*Вот ушки. (Показывают на уши)*

*Глазки улыбаются, (Показывают на глаза)*

*Щёчки разгораются, (Показывают на щёки)*

*Носик дышит глубоко (Показывают на нос)*

*Ротик улыбается – широко, (Показывают на рот)*

Вот чем мы похожи друг на друга – частями тела. А в остальном мы все разные. Посмотрите внимательней – у нас в группе есть девочки, а есть – мальчики. Мы даже знаем такую игру, поиграй с нами.

*Приходили, приходили – (Дети интенсивно сжимают пальцы в кулак, то разжимают их.)*

*Ёжики, ёжики.*

*Наковали, наковали – (Стучат кулачками в такт)*

*Ножницы, ножницы. (Делают перекрёстные движения)*

*Беа на месте, бег на месте – (Выполняют это движение)*

*Зайчики, зайчики. (Показывают ушки)*

*Ну-ка дружно, ну-ка вместе – (Громко кричат сначала*

*Девочки!* девочки,

*Мальчики!* Затем – мальчики)

– Ребята, давайте с вами сконструируем девочку и мальчика. Воспитатель раздаёт детям конверты с геометрическими фигурами, дети конструируют по образцу.

Девочки – девочку, Мальчики – мальчика. – Молодцы ребята, Мишутка посмотри, ведь, правда, девочки отличаются от мальчиков? (Медвежонок проверяет, как дети выполнили задание, проговаривает отличия).

– Но посмотри Мишутка повнимательней на наших ребят, все девочки и мальчики тоже отличаются друг от друга, тоже разные.

А чем? (ответы детей: внешностью, цветом волос, глаз и т д.)

– Да у всех людей разная внешность, поэтому мы легко можем узнать друг друга. Например: у кого в нашей группе самые длинные волосы? Кто самый высокий? Кто носит очки?

Мы все разные, по-разному думаем, по-разному говорим, разное любим. Мы совсем не похожи друг на друга. Каждый из нас может сказать про себя: “Я - человек, я единственный в мире, другого такого нет на земле”.

#### **4.Точечный массаж и дыхательная гимнастика(комплекс №1).**

1.Соединить ладони и потереть ими одна о другую до нагревания.

2.Нажимать указательным пальцем точку под носом.

3.Указательным и большим пальцем «лепить» уши.

4.Вдох через левую ноздрю (правая закрыта указательным пальцем),выдох через правую ноздрю (при этом левая закрыта).

5.Вдох через нос и медленный выдох через рот.

#### **5.Весёлый тренинг: Игровое упражнение «Качалочка».**

На лесной поляне играли медвежата, смешно покачиваясь на спине. Давайте и мы попробуем также покачаться! Лягте на спину, ноги вместе.

Сгибая ноги прижмите колени к груди и обхватите колени руками.

Покачайтесь на спине вправо, влево.

Когда устанете - отдохните. (Повторить 3 раза).

#### **Подвижная игра «Солнышко и дождик».**

На слово «солнышко» дети бегают, прыгают, выполняют танцевальные движения. На слово-дождик-прячутся под зонтик.

#### **Заключительная часть.**

##### **Малоподвижная игра «Найди игрушку».**

Инструктор по физическому воспитанию заранее прячет игрушку, предлагает детям найти и принести её.

*Мишутка:* Мне сегодня было очень интересно на вашем занятии, я узнал много нового. Спасибо ребята, мне пора возвращаться домой. До новых встреч!

