

Перспективный план

Подвижные игры

1 младшая группа (2-3 лет)

Месяц Тема Программное содержание

Сентябрь «Бегите к флажку!»,

«Поймай

комара», «Прокати

мяч», «Доползи до

кубика»,

«По ровненькой

дорожке», «Пузырь».

Развивать навыки бега и реакцию на сигнал.

Закреплять умение прыгать на двух ногах на

месте. Учить прокатывать мяч в прямом

направлении. Закрепить умение ползать на

четвереньках. Учить детей становиться в круг,

постепенно расширять и сужать его. Развивать

согласованность движений.

Октябрь «Птичка в гнездышке»,

«Лягушки», «Кто

дальше бросит

мешочек», «Наседка и

цыплята», «Насос».

Закреплять навыки бега в разных

направлениях, умение реагировать на сигнал.

Обучать прыжкам на двух ногах с

продвижением вперед. Обучать метанию в

даль. Закрепить умение подлезать под дугу, не

задевая её. Тренировка навыка правильного

носового дыхания.

Ноябрь «Лохматый пес»,

«Воробушки и кот»,

«Подбрось выше»,

«Мыши в кладовой»,

«Найди свое место»,

«Зайка».

Закреплять умение бегать свободно, не

наталкиваясь, друг на друга. Обучать детей

спрыгиванию и бегу в разных направлениях.

Развивать умение подбрасывать мяч вверх и

ловить его. Закреплять умения подлезать под

дугу. Развивать ориентировку в пространстве.

Учить становиться в круг, выполнять

движения в соответствии с текстом,

воспитывать дружеские отношения в

коллективе.

Декабрь «Мыши и кот», «По

ровненькой дорожке»,

«Поймай мяч»,
«Обезьянки», «Мы
Закреплять умение выполнять ведущую роль в
игре. Развивать умение принимать исходное
положение в прыжках в длину. Закреплять
умение ловить и бросать мяч.

23

топаем ногами»,

«Лошадки».

Обучать лазанию по гимнастической стенке.

Развивать внимание, ловкость.

Приучать детей двигаться вдвоем один за
другим, согласовывать движения, не
подталкивать бегущего впереди, даже если он
двигается не очень быстро.

Январь «Найди свой цвет», «С

кочки на кочку»,

«Попади в круг»,

«Кролики», «Аист»,

«Поезд».

Развивать внимание, координированные
движения рук и ног. Закреплять умение
прыгать на двух ногах с предметов.

Обучать метанию в горизонтальную цель.

Закреплять умение подлезать под предмет,
навыки бега и прыжки. Развивать равновесие.

Учить детей ритмично двигаться в одном
направлении в такт стихотворению.

Февраль «Воробышки и

автомобиль», «Зайка

беленький сидит»,

«Мяч в кругу»,

«Обезьянки», «Где

звенит».

Закрепить умение бега и ходьбы не шаркая
ногами, не опуская головы. Закреплять умение
приседать и подпрыгивать. Учить отталкивать
мяч двумя руками и прокатывать его.

Развивать умения лазать по гимнастической
стенке не пропуская реек. Развивать
ориентировку в пространстве, слуховое
внимание.

Март «Самолеты», «Птички

в гнездышке», «Попади

в воротца», «Перелезь

через бревно»,

«Перешагни через

ручеек».

Закрепление умения бегать врассыпную, не наталкиваясь, друг на друга.

Закреплять умение прыгивать с высоты и бегать врассыпную. Учить прокатывать мяч в горизонтальную цель.

Развивать умение перелезть через предметы, сохраняя равновесие. Развивать равновесие, координацию движений.

Апрель «Не опоздай», «Мой веселый звонкий мяч», «Сбей кеглю», «Не наступи на линию», «Найди шарик».

Обучать бегу, не задевая предметы.

Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами. Развивать умение прокатывать мяч в прямом направлении до предмета, развивать глазомер. Закреплять умение ползать на четвереньках между линиями.

Тренировка навыка правильного носового дыхания.

Май «Солнышко и дождик», «Через ручеек», «Целься вернее», «Белые медведи», «Птицы и дождь».

Развивать ловкость, реакцию на сигнал.

Обучать правильно, приземляться.

Закрепить умение бросать мешочек в горизонтальную цель, ползать на четвереньках. Закрепить умение сохранения правильной осанки, в положении сидя, стоя, ходьбе.

Перспективное планирование

Здоровый образ жизни

Месяц Тема Программное

содержание

Игры и приемы

Сентябрь «Верные друзья»

Учить правилам личной гигиены, побуждать детей

Дидактическая игра «Что хорошо, что плохо».

24

к самостоятельному их выполнению.

Воспитывать чувство

взаимопомощи.

Воспитывать потребность
к здоровому образу
жизни, через игровые
упражнения.

Чтение худ. лит-ры:

«Что такое хорошо и что такое
плохо» В.В. Маяковский,

«Девочка чумазая» А.Л. Барто

«Купание» З. Александровой.

Игр. упражнения «На приеме у
Айболита», «Таня

простудилась», «Приключения

Грязнульки», «Мыло пенится в

корыте, мы стираем –

посмотрите»

Октябрь «Научим

медвежонка

кушать за

столом»

Обучать детей правилам

еды, умению детей

самостоятельно держать

ложку, формировать

элементарную культуру

поведения во время еды за

столом. Закрепить знания

детей о необходимости

мыть руки перед едой.

Игр. упражнения "Мишка за

столом", "У Мишки заболел

живот".

Ноябрь «Вот я какой» Познакомить со

строением тела. Закрепить

названия частей тела.

Помочь ребенку осознать

свою половую

принадлежность. Учить

заботиться о чистоте тела.

Дидактическая игра «Что есть у

куклы?», муз. игра «Где наши

ручки?». картинки с

изображением частей тела;

сюжетно ролевая игра «Доктор».

Декабрь «Чистота

залог

здоровья»

Сформировать у детей

представления о
свойствах мыла,
знакомить с различными
свойствами веществ
(твердость, мягкость,
запах, цвет и т. п.),
закреплять культурногигиенические навыки
Мыло разного вида, , полотенце,
мыльные пузыри трубочка.

Чтение худ. лит-ры:
«Мойдодыр», «Жил на свете
слоненок» К. Цыферов. Игровые
ситуации «Помоем куклу Катю»,
«Мишка заболел».

Сюж-рол. игра «Больница»,
Январь «На прогулку
мы пойдём»

Вызвать интерес к
прогулкам, желание
играть на свежем воздухе
в различные игры,
развивать двигательную
активность. Расширять
знания детей о
необходимых предметах
одежды в зимнее время
для сохранения своего
здоровья. Закрепить
правила поведения на
прогулке.

Кукла , одетая по сезону.
Сюж. игра «Хрюша потерялся»,
«Оденем куклу на прогулку».

П/и.

Февраль «Покажем
кукле Кате

Познакомить детей с
расчёской, её

Цветная коробочка, расчёски
разных размеров, кукла Катя,

25

как

обращаться с
расчёской»

назначением, их
разновидностями.

Развивать умения детей
обращаться правильно с

расчёской, делать
прически. Прививать
привычку следить за
своим внешним видом,
пользоваться только своей
личной расчёской.
зеркало, бантики, резиночки
Картинки «Расчёсывания»
Игр. упр-я «Сделаем кукле
причёску», «Чья расчёска? ».
Сюж. игра «Парикмахерская»
Март «Глаза –
наши
помощники»
Дать элементарные
представления детям о
глазах, о том , как нужно
беречь свое зрение.
Формировать навыки
бережного отношения к
своим глазам. Упражнять
в умении обследовать
предмет с закрытыми
глазами.
Кукла, картинки с
изображением глаз..
Д/и «Какой предмет?»,
«Чудесный мешочек».
Гимнастика для глаз.
Апрель «Кто я
такой?»
«Формировать
представления о себе
через элементарные
знания и действия. «Я
знаю, как меня зовут, как
зовут моих : маму, папу».
«я очень люблю порядок и
знаю, как его навести». «Я
хороший».
Картинки с изображением
разных ситуаций.
Игровые упражнения.
Май «О здоровой
пище»
Помочь детям понять, что
здоровье зависит от
правильного питания –

еда должна быть не только вкусной, но и полезной. Познакомить с полезными продуктами, их значением для здоровья и хорошего настроения.

Чтение Ю. Тувим «Овощи», пословицы, загадки об овощах и фруктах. Дид. игры: «Чудесный мешочек», «Узнай и назови овощи», «Разложи на тарелках полезные продукты». Сюж-рол. игра «Магазин продуктов»