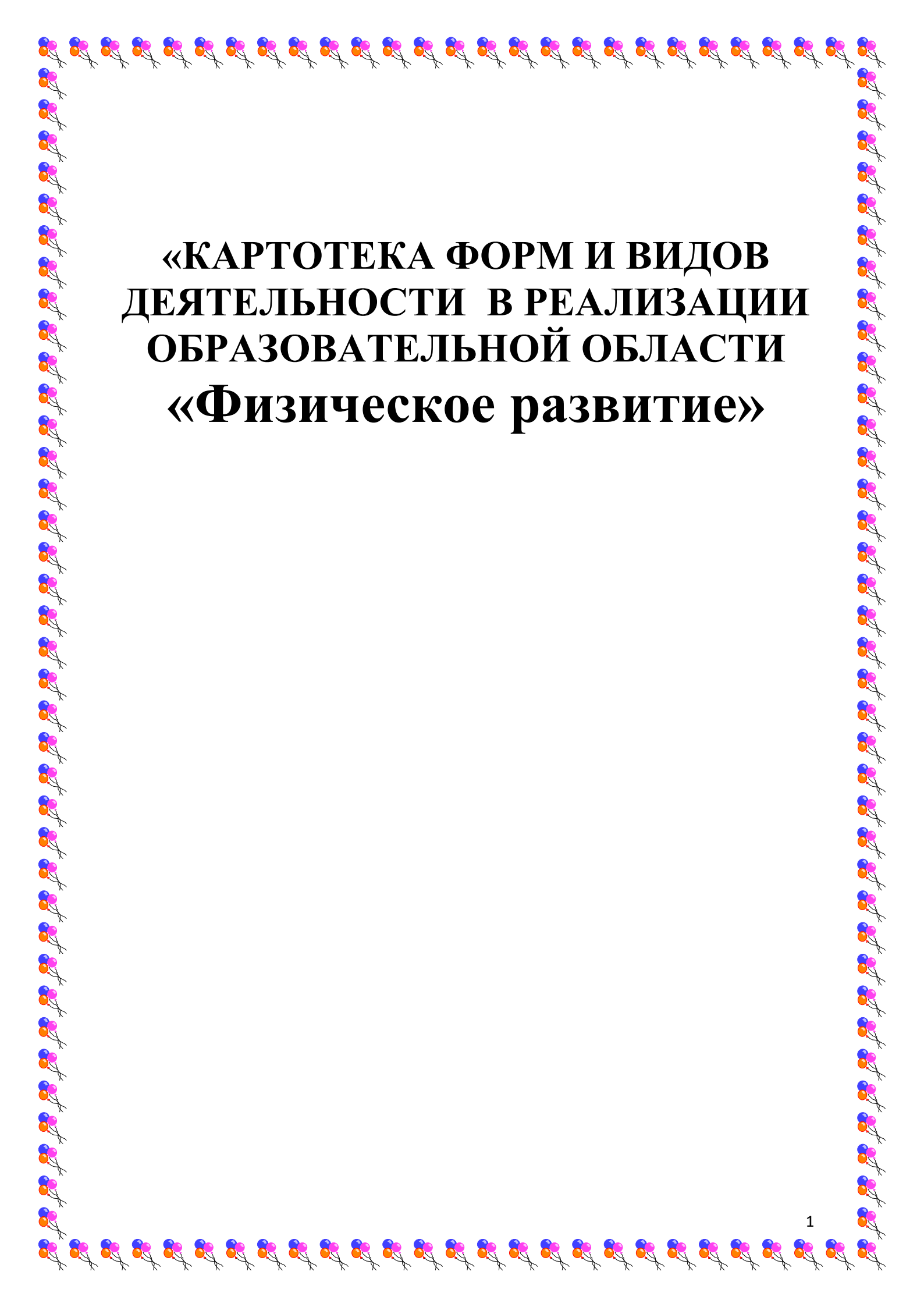


A decorative border of colorful balloons (blue, pink, orange) with black strings, arranged in a rectangular frame around the page.

«КАРТОТЕКА ФОРМ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «Физическое развитие»»

Оглавление

Тема «ПРИРОДНЫЕ ЛАНШАФТЫ: ЛЕС»
Тема «ДАРЫ ЛЕСА, ПРИРОДЫ»
Тема «ПРИРОДА»/»ВЕСНА»
Тема «ВЕСНА»/ «ВЕСЕННЯЯ ПРОГУЛКА»
Тема «ЗДРАВСТВУЙ, ЛЕТО!» / «ВПЕЧАТЛЕНИЯ О ЛЕТЕ»
Тема «ПРИРОДА» / «ЛЕТО»
Тема «ПРИРОДА» / «ОСЕНЬ» / «КРАСКИ ОСЕНИ»
Тема «ЗДРАВСТВУЙ, ОСЕНЬ!» / «ОСЕНЬ НАСТУПИЛА»
Тема «ДАРЫ ОСЕНИ» / «ОСЕННИЙ УРОЖАЙ» /«КТО НЕ ЛЕНИТСЯ, ТОТ УРОЖАЕМ ГОРДИТСЯ» /«ТРУД ЛЮДЕЙ ОСЕНЬЮ»
Тема «ПРИРОДА» / «ЗИМА»
Тема « РАСТИТЕЛЬНЫЙ МИР»
Тема «ЗЕЛЕННЫЕ ДРУЗЬЯ»
Тема «ДИКИЕ ЖИВОТНЫЕ И ИХ ДЕТЁНЫШИ»
Тема «ДЕТКИ В КЛЕТКЕ»
Тема «ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ И ИХ ДЕТЕНЬШИ»/ «ДОМАШНЕЕ ПОДВОРЬЕ»
Тема «ДОМАШНИЕ ПТИЦЫ»
Тема «ДИКИЕ ПТИЦЫ»
Тема «ПТИЦЫ»
Тема «ВОДОЕМ И ЕГО ОБИТАТЕЛИ. АКВАРИУМ»/ «РЫБКИ»/ «ЖИТЕЛИ ВОДОЕМОВ»
Тема «КТО ЖИВЕТ НА ЛУГУ?»/ «НАСЕКОМЫЕ»
Тема «МОЙ ОРГАНИЗМ»/ «Я – ЧЕЛОВЕК»/ «МОЁ ТЕЛО»/ «МОЙДОДЫР У НАС В ГОСТЯХ»
Тема «ОЗДОРАВЛИВАНИЕ» / «ЗАКАЛИВАНИЕ»/ «КАК СТАТЬ НЕБОЛЕЙКОЙ»
Тема «СОЛНЦЕ, ВОЗДУХ, ЗЕМЛЯ, ВОДА»
Тема «Я В ДЕТСКОМ САДУ»/ «УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА»
Тема «ДАВАЙТЕ ГОВОРИТЬ ДРУГ ДРУГУ КОМПЛЕМЕНТЫ!»/ «НАШИ ДОБРЫЕ ДЕЛА. УРОКИ ВЕЖЛИВОСТИ И ЭТИКЕТА»/ «ВОЛШЕБНЫЕ СЛОВА И ПОСТУПКИ»/ «ДОБРЫЕ ВОЛШЕБНИКИ»/«ЭТИКЕТ»
Тема «МОИ ДРУЗЬЯ. ДРУЖБА»
Тема «ЗАБАВЫ (ЛЕТОМ, ОСЕНЬЮ, ЗИМОЙ, ВЕСНОЙ)
Тема «ДЕНЬ ЗЕМЛИ»
Тема «ДЕНЬ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА»/ «НАША АРМИЯ РОДНАЯ»
Тема «9 МАЯ. ДЕНЬ ПОБЕДЫ!»
Тема «ПРАЗДНИКИ» / «НОВЫЙ ГОД»
Тема «ПРАЗДНИКИ»/ «МАМИН ДЕНЬ»
Тема «ПРАЗДНИКИ»/ «ПАПИН ДЕНЬ»

Тема «ПРАЗДНИКИ»/ «ДЕНЬ СЕМЬИ»/ «МОЯ СЕМЬЯ»/«ПАПА, МАМА, Я – ДРУЖНАЯ СЕМЬЯ!»

Тема «ЗДРАВСТВУЙ, ДЕТСКИЙ САД!»/ «МЫ ПРИШЛИ В ДЕТСКИЙ САД»/ «НАША ГРУППА»

Тема «СЕГОДНЯ – ДОШКОЛЯТА, ЗАВТРА – ШКОЛЬНИКИ»/«СКОРО В ШКОЛУ»

Тема «НАШ ГОРОД»/ «МОЙ ДОМ, МОЙ ГОРОД, МОЯ МАЛАЯ РОДИНА» / «МОЯ СТРАНА – МОЯ РОДИНА»

Тема «ПУТЕШЕСТВИЕ ПО СТРАНАМ И КОНТИНЕНТАМ»

Тема «НАША ПЛАНЕТА ЗЕМЛЯ. КОСМОС»

Тема «ТРАНСПОРТ» / «ВЕСЕЛЫЙ СВЕТОФОР» / «МЫ НА ТРАНСПОРТЕ ПОЕДЕМ» / «ДОРОЖНАЯ АЗБУКА» «ПРАВИЛА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ»

Тема «ПОМОГАЕМ ВЗРОСЛЫМ» / «КЕМ БЫТЬ?»/ «ВСЕ ПРОФЕССИИ НУЖНЫ, ВСЕ ПРОФЕССИИ ВАЖНЫ»

Тема «ТВОРЧЕСТВО И МАСТЕРСТВО»/ «МАСТЕРАМИ СЛАВИТСЯ РУССКАЯ ЗЕМЛЯ»/ «РУССКОЕ НАРОДНОЕ ТВОРЧЕСТВО»

Тема «ИГРУШКИ»

Тема «В ГОСТЯХ У СКАЗКИ»/ «ВРЕМЯ СКАЗОК»/ «ЛЮБИМЫЕ СКАЗАКИ»

Тема «ДОМ»/ «МОЯ ОДЕЖДА. ОБУВЬ»

Тема «МЕБЕЛЬ»/ «ПОСУДА»/ «БЫТОВЫЕ ПРИБОРЫ»

Тема «ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ»

Тема «МУЗЫКА»/ «МУЗЫКАЛЬНАЯ ШКАТУЛКА»

Тема «ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ ЗАГАДОК, ЭКСПЕРИМЕНТОВ»

Тема «НЕДЕЛЯ БЕЗОПАСНОСТИ»

ТЕМА: «ПРИРОДНЫЕ ЛАНШАФТЫ: ЛЕС»

ОО « Физическое развитие»/ «Познавательное развитие»

Задачи: формирование основных движений (ходьба обычная, с высоким подниманием бедра), формирование представлений об объектах окружающего мира.

Физкультминутка «Лесная лужайка»

Мы к лесной лужайке вышли,
Поднимая ноги выше,
Через кустики и кочки,
Через ветви и пенёчки.
Кто высоко так шагал —
Не споткнулся, не упал. *(Ходьба с высоким подниманием коленей.)*

*

ТЕМА: «ФРУКТЫ»

ОО «Физическое развитие»/ «Социально-коммуникативное развитие»

Задачи: формирование социальных норм (умение приветствовать окружающих), сохранение и укрепление физического и психического здоровья, формирование координации движений, развитие основных движений.

Физическая минутка «Вот так яблоко»

Вот так яблоко!
(Встали)
Оно
(Руки в стороны)
Соку сладкого полно.
(Руки на пояс)
Руку протяните,
(Протянули руки вперед)
Яблоко сорвите.
(Руки вверх)
Стал ветер веточку качать,
(Качаемверху руками)
Трудно яблоко достать.
(Подтянулись)
Подпрыгну, руку протяну
(Подпрыгнули)
И быстро яблоко сорву!
(Хлопок в ладоши над головой)
Вот так яблоко!
(Встали)
Оно
(Руки в стороны)
Соку сладкого полно.

*

ОО Физическое развитие»/ «Социально-коммуникативное развитие»/ «Художественно-эстетическое развитие»/

Игра «Попробуем!» на стихи Е. Макшанцевой

(Дети сидят или стоят по кругу, на небольшом расстоянии друг от друга. Вытянув руки вперед, ладошками вверх, слегка покачивая ими, говорят хором вместе с педагогом).

Дети: На тарелке, на тарелке
Фрукты – ягоды лежат,
Фрукты – ягоды лежат,
Будто смотрят на ребят.
Я возьму себе клубничку,
Красненькую невеличку.
Запах нежный, ароматный,
Сок клубники...

Педагог: Какой?

Дети: Сладкий-сладкий!

(Правой рукой берут «клубнику» и поочерёдно кладут ягоду за ягодой на ладошку левой руки, следуя логическому ударению).

Ой-ой-ой, ой-ой-ой,
Сладкий, сладенький такой!
(Сложив губы «трубочкой», показывают мимикой, какой сладкий сок у клубники, слегка покачивая головой).

Ломтик жёлтого лимона
Положу скорее в рот.
Положу скорее в рот...
(Правой рукой, не спеша, «подносят ломтик лимона» к своему рту и вдруг:)

Ой! Теперь наоборот!
(Одёргивают руку ото рта).
Ой-ой-ой, ой-ой-ой,
Кислый-кислый сок такой!
(Состроив гримасу, мимикой показывают, какая кислая долька лимона им попала в рот. Затем имитируют движения в соответствии с текстом, а также выражают свои ощущения, подражая педагогу).

Нужно кислое заесть –
Можно грушу быстро съесть.
Запах нежный, ароматный.
Сок у груши...

Педагог: Какой?

Дети: Сладкий-сладкий!

Ой-ой-ой, ой-ой-ой!
Сладкий, сладенький такой!
Слива вот лежит. Смотрите!
Все попробуйте! Берите!
Положу скорее в рот...
Ой! Теперь наоборот!
Ой-ой-ой, ой-ой-ой,
Кислый-кислый сок такой!
Вот на блюде барбарис,
Есть его не торопись!

(Грозят указательным пальцем правой руки).

Из него кисель прекрасный,
Кисло-сладкий, нежно-красный.
(Вытянув перед собой обе руки, ладошками вверх, покачивают ими).

Пей кисель! Без докторов
Будешь весел и здоров!
(Улыбаясь, кивают друг другу).

«Во саду ли, в огороде»
(выполняются несложные танцевальные движения).

Под весёлые напевы
Повернёмся вправо, влево.
Руки вверх и руки вниз,
Снова вверх и снова вниз!
Топай правой ногой,
А потом на месте стой!
Топай левой ногой
И опять на месте стой!
Вправо-влево головой,
Покружись и снова стой!

*

ТЕМА: «ДАРЫ ЛЕСА»
ОО «Физическое развитие»/
«Познавательное развитие» / «Речевое развитие»/

Массаж (или самомассаж)

Задачи: становление двигательного сознания; формирование звуковой и интонационной культуры речи; развивать мелкую моторику пальцев рук (на каждую стихотворную строчку – разминание подушечек одного пальца).

«Грибы»

Вылезли на кочке мизинец
Мелкие грибочки: безымянный
Грузди и горькушки, средний правая рука
Рыжики, волнушки. указательный
Даже маленький пенёк большой
Удивленья скрыть не мог. большой
Выросли опять указательный
Скользкие маслята, средний левая рука
Бледные поганки безымянный
Встали на полянке. Мизинец

*

ОО «Физическое развитие»/ «Речевое развитие»/
«Социально-коммуникативное»

Подвижная игра с речевым сопровождением «За грибами»

Задачи: формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, основных движений, звуковой и интонационной культуры речи.

Все зверюшки на опушке
Ищут грузди и волнушки.
Белочки скакали,

Рыжики срывали.
Лисичка бежала,
Лисички собирала.
Скакали зайчатки,
Искали опятки.
Медведь проходил,
Мухомор раздавил.

Дети идут в хороводе.

*Скачут присядку, срывают
воображаемые грибы.*

*Бегут.
Срывают воображаемые грибы.
Скачут на месте.
Срывают воображаемые грибы.
Идут вразвалку, в конце строки
топают ногой.*

*

ОО «Физическое развитие»/ «Познавательное развитие»

Гимнастика после дневного сна «Мишка просыпается»

Задачи: формирование основных движений и представлений о свойствах объектов окружающего мира.

Мишка вылез из берлоги, *(лежат на кроватях, откидывают одеяло в сторону)*

Огляделся на пороге *(поворот головой вправо, влево)*

Потянулся ото сна, *(потягиваются)*

К нам опять пришла весна.

Чтоб скорей набраться сил,

Он ногами покрутил. *(«велосипед»)*

Почесал медведь за ухом, *(движения по тексту)*

Повилял слегка хвостом,

Наклонился он потом. *(сажаются в кровати и наклоняются вперёд)*

И ногами еле-еле

Он выходит за порог. *(встают с кроватей)*

По лесу медведь идёт,

Это мишка ищет мёд. *(идут на месте с поворотом головы вправо, влево)*

Он голодный - вот и злой,

Разговор ведёт с весной: *(ходят медвежьим шагом и рычат)*

«Подскажи-ка мне, весна,

Где бы мёду взять сполна?» *(идут, наклоняются «ищут мёд»)*

Вот наш мишка за горой

Отыскал пчелиный рой.

Лапами махать он стал, *(вращают прямыми руками вперёд, назад)*

Сильно, сильно так махал...

Только мёду не достал. *(пожимают плечами)*

Пчёлки улей охраняют

И медведя всё кусают. *(щипают себя за щёки)*

Мишка громко зарычал,

И от пчёл он убежал. *(рычат, бегут к стульчикам, одеваются).*

*

Гимнастика после дневного сна «Зеленые стихи»

Зеленеют все опушки, *(лёжа на спине; отводят правую руку в сторону)*

Зеленеет пруд, *(отводят левую руку в сторону)*

И зелёные лягушки

Песенки поют. «Ква-ква-ква-ква»;

Ёлки – сноп зелёных свечек, *(руками изображают ёлку)*

Мох – зелёный пол, *(руками показывают поверхность пола)*

И зелёный кузнечик

Песенку завёл... *(имитируют игру на скрипке)*

Над зелёной крышей дома *(делают «крышу» руками)*

Спит зелёный дуб. *(закрывают глаза)*

И зелёных два гнома

Сели между труб. *(сажаются в кровати)*

И, сорвав зелёный листик, *(имитируют срывание листьев)*

Шепчет младший гном:

«Видишь маленький лисёнок *(произносят текст шёпотом)*

Ходит под окном.

Отчего он не зелёный?

Май теперь ведь...Май!» *(эту строчку говорят громко)*

Старший гном зевает сонно: *(зевает, издают звук а-а-а-а)*
«Цыц! Не приставай» *(грозят указательным пальцем; встают с кроватей)*
По зелёной дорожке *(выходят в группу, выполняют задания воспитателя в ходьбе)*
Ходим босиком,
Радостное настроенье *(хлопают в ладоши; одеваются)*
Мы домой несём.
*

Тема «ПРИРОДА» / «ОСЕНЬ» / «КРАСКИ ОСЕНИ»

ОО «Физическое развитие»/ «Социально-коммуникативное развитие»

Пальчиковая гимнастика «Осень»

Задачи: формировать умение координировать речь и движение, развивать мелкую моторику пальцев рук.

Ветер северный подул
(Подуть на пальцы)
все листочки с липы сдул
(С-сс)
Полетели, закружились
(Ладони зигзагами плавно опускаем на стол)
и на землю опустились
Дождик стал по ним стучать кап-кап-кап *(2 раза)*
(Постучать пальцами по столу)
Град по ним заколотил, листья все насквозь пробил
(Постучать кулачками по столу)
Листья все насквозь пробил, снег потом припорошил
(Плавные движения вперёд – назад)
кистями
Одеялом он накрыл
(Ладони крепко к столу)
*

ОО «Физическое развитие»

Подвижная игра «Вершки и корешки»

Задачи: формирование физических качеств, сохранение и укрепление физического и психического здоровья

Ход игры: Дети двигаются по кругу. Взрослый показывает овощ (муляжи или натуральный). Дети называют его и показывают движениями, где он произрастает или на земле *(тянут руки вверх)*, если над землёй – *(приседают)*.
*

ОО «Физическое развитие» / «Познавательное развитие»

Утренняя гимнастика «Весёлый огород»

Задачи: формирование физических качеств, расширение кругозора детей.

Наш весёлый огород
В гости всех друзей зовёт!
(Дети выстраиваются по комнате в произвольном порядке.)
Вводная часть
В огород мы пойдём,
Урожай соберём!
(Ходьба в колонне 8 сек.)
Эй, лошадка, гоп – гоп,

Отвези нас в огород.
(Бег под музыку в колонне - 7 сек. Прямой галоп - 8 сек.)
Эй, лошадка, тише, тише.
Огород всё ближе, ближе.
(Ходьба с высоким подниманием коленей - 8 сек. Обычная ходьба – 8 сек.)
Вот уже и огород!
Сколько в нём всего растёт!
(Перестроение в круг.)

У капусты кочаны –
Вот такой величины!
(И.п. – стоя, ноги слегка расставлены, руки вниз. Поднять руки через стороны вверх, соединить пальцы, образовав кольцо, - И.п. выполнить 4 раза.)
Хвостик есть, а не мышка.
И совсем он не малышка!
Он зелёный огурец –
Удалой молодец!
(И.п. - стоя, ноги слегка расставлены, руки на пояс. Поворот вправо – влево с полуприседанием; 4 раза в каждую сторону.)
Прячет морковка свой носик на грядке.
Видно морковка играет в прятки!
(И.п. – сидя, опора на кисти рук, поставленных с боков. Согнуть ноги, обхватить руками колени, голову опустить – И.п. выполнить 6 раз.)
Толстый жёлтый кабачок
Солнцу показал бочок.
Показал животик, спинку.
Посмотри – ка на картинку.
(И.п. – лёжа на спине. Переворот на живот – И.п. То же в другую сторону.
Выполнять в медленном темпе 3 – 4 раза в каждую сторону.)
Дружный наш огород
Веселится и поёт.
Как попрыгает немножко,
Пошагает, отдохнёт.
(На первую строку текста – 8 подпрыгиваний, на вторую – ходьба на месте.
Повторить 2 – 3 раза)
Заключительная часть
Вот и кончилась игра. Веселились мы с утра...
А теперь на завтрак дружно зашагала детвора.

*

Тема «ДИКИЕ ЖИВОТНЫЕ И ИХ ДЕТЁНЫШИ»

(Обитатели леса)

ОО «Физическое развитие»/ «Речевое развитие»

Пальчиковая гимнастика «Колючий клубок».

Задачи: сохранение и укрепление физического и психического здоровья, формирование физических качеств, умение координировать речь и движение.

Ходит – бродит вдоль дорожек
Весь в иголках серый ежик.
Чтобы волк не уволок,
Превратился еж в клубок.

*

ОО «Физическое развитие»

Физическая минутка «Звериная зарядка»

Задачи: сохранение и укрепление физического и психического здоровья (умение расслабляться), формирование физических качеств.

Раз – присядка, два – прыжок.

Это заячья зарядка.

А лисята как проснуться (*кулачками потереть глаза*)

Любят долго потянуться (*потянуться*)

Обязательно зевнуть (*зевнуть, прикрывая рот ладошкой*)

Ну и хвостиком вильнуть

(*движение бедрами в стороны*)

А волчата спинку выгнуть (*прогнуться в спине вперед*)

И легонечко подпрыгнуть (*легкий прыжок вверх*)

Ну, а мишка косолапый (*руки полусогнуты в локтях, ладошки соединены ниже пояса*)

Широко расставив лапы (*ноги на ширине плеч*)

То одну, то обе вместе (*переступание с ноги на ногу*)

Долго топчется на месте (*раскачивание туловища в стороны*)

А кому зарядки мало – начинает все сначала.

*

*

ОО «Физическое развитие» / «Речевое развитие» / / «Познавательное развитие»

Подвижная игра с речевым сопровождением **Дикie животные**

Задачи: развитие игровой деятельности, формирование представлений об окружающем мире, умения координировать речь и движение.

Как-то раз лесной тропой

Дети идут по кругу.

Звери шли на водопой.

За мамой – лосихой топал лосёнок,

Идут, громко топя.

За мамой – лисцей крался лисёнок,

Крадутся на носочках.

За мамой – ежихой катился ежонок,

Передвигаются вприсядку

За мамой – медведицей шёл медвежонок,

Идут вперевалку.

За мамой – зайчихой косые зайчата,

Скачут вприсядку.

Волчица вела за собою волчат

Крадутся.

Все мамы и дети напиться хотят.

Лицо в круг, лакательные движения языком.

*

ОО «Физическое развитие»/ «Познавательное развитие»

Физическая минутка «Олени»

Задачи: сохранение и укрепление физического и психического здоровья, формирование физических качеств, снятие психоэмоционального и мышечного напряжения (с мышц туловища, рук, ног).

Педагог: "Вы – олени: расставленные пальцы руки приставлены к голове – это рога (*покажите детям эту позу*):

Посмотрите: мы олени,

Рвется ветер нам навстречу!

Ветер стих, расправил плечи.

Руки снова на колени,

А теперь немного лени...

Руки не напряжены и рас – слаб – ле – ны...

Знайте, девочки и мальчики:
Отдыхают ваши пальчики...
Дышится легко... ровно... глубоко...".

*

Тема «МОЙ ОРГАНИЗМ»/ «Я – ЧЕЛОВЕК»/ **«МОЁ ТЕЛО»/ «МОЙДОДЫР У НАС В ГОСТЯХ»**

ОО «Физическое развитие»/ «Речевое развитие»

Упражнения на дыхание

Задачи: укрепление физического развития, формирование правильного дыхания, развитие звуковой культуры речи.

«Вырастем большими»

На счет «раз-два» подняться на носки, руки в стороны, вверх, ладонями вовнутрь, потянуться глубокий вдох через нос: «три-четыре» - руки вниз, сгибая ноги в коленях, наклониться вперед усиленный выдох через рот.

*

«Надуй шар»

Встать, ноги врозь, держа в руках воображаемый шар. На счет «раз-два» - сделать глубокий вдох через нос: «три-четыре» - усиленный выдох через рот, имитируя движениями рук увеличивающийся шар.

*

«Спускай воздух»

Встать, ноги врозь, держа в руках воображаемую накаченную воздухом резиновую камеру. На счет «раз-два» сделать глубокий Вдох через нос; «три-четыре – пять – шесть» - спустить воздух из камеры со звуком «с-с-с-с!».

*

ОО «Физическое развитие»/ «Познавательное развитие»

Психогимнастика «Минуты тишины»

Задачи: формирование умения расслабляться, формирование познавательных действий, становление сознания.

Дети по своей природе эмоциональны, подвижны, непоседливы. Поэтому очень важно воспитывать у них умение сдерживать свои желания и порывы. Для читающих детей взрослый выставляет карточку со словом «Тишина» и ожидает выполнения написанного призыва. Тихим голосом, доводящим до шепота, взрослый обращает внимание детей на правильную позу, на дыхание с закрытым ртом, на положение рук, ног. Дети тихо сидят одну минуту. Можно предложить им в это время прислушаться к звукам.

*

ОО «Физическое развитие»/ «Речевое развитие»

Физическая минутка «Веселый отдых»

Задачи: формирование физических качеств, развитие звуковой и интонационной культуры речи.

Мы считали
Мы считали и устали.
Дружно все и тихо встали.
Ручками похлопали: раз, два, три.
Ножками потопали: раз, два, три.
И еще потопали и дружной похлопали.
Сел и – встал и, встал и – сел и
И друг друга не задели.

Мы немножко отдохнем
И опять считать начнем.
*На счет «раз, два, три» руки через стороны вверх, потянуться. Три хлопка
над головой, три притопа, сесть-встать, сесть-встать. Тихо сесть.*

*

«ЗДРАВСТВУЙ, ДЕТСКИЙ САД!»/ «МЫ ПРИШЛИ В ДЕТСКИЙ САД»/ «НАША ГРУППА»

ОО «Физическая культура»/ «Речевое развитие»

Физическая минутка «С добрым утром!»

Задачи: сохранение и укрепление физического и психического здоровья, развитие умения координировать речь и движение.

- С добрым утром, глазки! (поглаживают веки глаз)
- Вы проснулись? (смотрим в бинокль)
- С добрым утром, ручки! (поглаживаем)
- Вы проснулись? (хлопаем)
- С добрым утром, ножки!
- Вы проснулись? (топают)
- С добрым утром, солнце! (раскрывают руки навстречу солнцу)

*

ОО «Физическое развитие»

Упражнения для глаз

Задачи: Укрепление физического и психического здоровья.

В жмурки с вами играем,
Крепко глазки закрываем.
Раз, два, три, четыре, пять,
Будем глазки открывать.
Жмуримся и открываем
Так игру мы продолжаем.

*

ОО «Физическое развитие» / «Познавательное развитие»/ «Речевое развитие»/

Задачи: формирование представления детей о коллективе, о взаимоотношениях в ней, видах деятельности; умение координировать речь и движение.

«Я люблю свой детский сад»

Я люблю свой детский сад
В нем полным-полно ребят.
Раз, два, три, четыре, пять...
Жаль, что всех не сосчитать.
Может сто их, может двести.
Хорошо, когда мы вместе!

*

«Наша группа – «Винни-Пух»

Наша группа стоит двух!
Мы умеем танцевать,
В дочки-матери играть,
Наизусть стихи читать,
На одной ноге скакать
И отгадывать загадки,

И играть друг с другом в прятки.
В общем, можем всё суметь,
Если очень захотеть.

*

«Друзья»

Мы никогда не скучаем вдвоём,
Вместе гуляем и вместе поём,
Пончик с повидлом жуём на ходу.
Мы подружились в детском саду.

Даже, когда самым стареньким стану,
С другом водиться
Не перестану,
Буду делиться с дружкой
Песенкой и пирожком.

*

Тема «В ГОСТЯХ У СКАЗКИ»

ОО «Физическое развитие» / Речевое развитие»

Подвижная игра «Буратино»

Задачи: формирование физических качеств, сохранение и укрепление физического и психического здоровья, формирование умения координировать речь и движение.

Буратино потянулся,
Раз – нагнулся.
Два – нагнулся.

(Выполнять движения в соответствии с текстом).

Руки в стороны развел,
(Жест сожаления).
Ключик, видно, не нашел.
(Повороты вправо – влево)
Чтобы ключик нам достать,
(Руки вверх).

Нужно
На носочки встать.
(Подъем на носочки)

*

ОО «Физическое развитие» / «Познавательное развитие»/ «Речевое развитие»

Физкультминутка «Три медведя»

Задачи: формирование физических качеств, сохранение и укрепление физического и психического здоровья, расширение кругозора детей, формирование умения координировать речь и движение.

Три медведя шли домой.
(дети шагают на месте вперевалочку)
Папа был большой, большой.
(поднять руки над головой, потянуть вверх)
Мама с ним поменьше ростом.
(руки на уровне груди)
А сынок малютка просто
(присесть)
Очень маленький он был,

(присев, качаться по-медвежьи)

С погремушками ходил.

(встать, руки перед грудью сжаты в кулаки)

Дзинь-дзинь, дзинь-дзинь!

(имитация игры с погремушками)

*

ОО «Физическое развитие»/ «Познавательное развитие»

Релаксационное упражнение «Волшебный сон»

Задачи: становление целенаправленности и саморегуляции, сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

(Выполняется под спокойную, расслабляющую музыку. Дети находятся в состоянии покоя (лёжа на ковриках).)

Даётся установка: “Сейчас, когда я буду читать стихи, вы закроете глаза. Начинается “Волшебный сон”. Внимательно слушайте и повторяйте про себя мои слова с закрытыми глазами.

“Волшебный сон” закончится, когда я скажу: “Всем открыть глаза и встать”.

Внимание! Наступает “Волшебный сон”.

“Реснички опускаются, глазки закрываются

Мы спокойно отдыхаем (2 раза), сном волшебным засыпаем...

Дышится легко... ровно... глубоко...

Наши руки отдыхают... Ноги тоже отдыхают, отдыхают, засыпают (2 раза).

Шея не напряжена и расслаблена... Губы чуть приоткрываются,

Всё чудесно расслабляется (2 раза). Дышится легко...ровно... глубоко...

(пауза).

Мы спокойно отдыхали, сном волшебным засыпали.

Хорошо нам отдыхать, но пора уже вставать!

Крепче кулачки сжимаем, их повыше поднимаем!

Потянуться! Улыбнуться! Всем открыть глаза и встать!”.

*

ОО «Физическое развитие»/ «Социально-коммуникативное» /

«Речевое развитие»

Пальчиковая гимнастика «Теремок»

Задачи: формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, развитие звуковой и интонационной культуры речи.

(Произносится текст стихотворения и одновременно выполняются сопровождающие движения)

Стоит в поле теремок.

Открывает его волк –

Дерг-дерг, дерг-дерг. *(руки, сжатые в замок, движутся вперед - назад, влево - вправо)*

Пришел Петя-петушок

-Вот это теремок! *(ладони обеих рук соединены под углом)*

На двери висит замок *(пальцы сжаты в замок)*

Взял он ключик в кулачок*(имитация движений)*

И ключом открыл замок, *(пальцы разжимаются и соединяются друг с другом, образуя «теремок»)*