**Мероприятия, проводимые в летний оздоровительный период**

|  |  |
| --- | --- |
| Мероприятия  | Содержание  |
| Спортивный досуг «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»Спортивный досуг «Папа, мама, я – дружная семья»Спортивное развлечение «День нептуна»Конкурсы и выставки  | Разминка «Солнышко лучистое»Закличка русская народная про солнцеИгровое задание «Веселое солнышко» (выложить на земле)Загадки про ручеек, водуИгра «4 стихии» (см. картотеку)Игровое задание «Водяной блинчик» (см. картотеку)Дыхательные упражнения (см. картотеку)«Секретик» - ориентирование на участке по плану – схеме, совместно родители и дети (см. картотеку)Игры – развлечения «Морской бой», «Брызгалки», «Водяной блинчик», «Рыбалка»П/И «Ручеек» (см. картотеку)«Спорт глазами детей»«Здоровый образ жизни – выбор нашей семьи»«Спорт любой так хорош – выбирай на вкус»Конкурс рисунков на асфальте |

**План физкультурно – оздоровительных мероприятий на летний период**

(Все задания и игры в картотеке)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Месяц, неделя | Младший дошкольный возраст | Старший дошкольный возраст |
| Июнь,1 неделя2 неделя3 неделя4 неделяИюль, 1 неделя2 неделя3 неделя4 неделяАвгуст, 1 неделя2 неделя3 неделя4 неделя | *Игры с мячом* «Найди себе пару»«У кого мяч»*Игровые упражнения* «Самолеты»«Не попадись»«Кто скорее соберет»*Игры с ходьбой и бегом* «Бездомный заяц»«Птички и кошка»«Кот на крыше»*Игры- забавы* «Зайцы и волк»«Журавль и лягушки»«Воробушки»*Игры с лазанием, подлезанием, на равновесие* «Совушка»«Котята и щенята»«Кто где живет»«Бабочки, лягушки, цапли»*Развлечение «День здоровья»*Игровые задания «Беги к флажку»«По ровненькой дорожке»«Мой веселый звонкий мяч»Игра «Солнышко и дождик»*Полоса препятствий* (Транспорт, Цирк, Зоопарк,…) – используются уличные тренажеры и свой выносной инвентарь (обручи, шнуры, мячи,..) Переходя с детьми от одних атрибутов к другим, выполняются заранее продуманные задания.*Игры – развлечения* «Огуречик»«Гуси – лебеди»«Цветные автомобили»«Птицы и автомобиль»«Петрушка прыгает»*Игры – развлечения с водой*Разминка «Если утром дети умываются»Игровые задания «Поймай рыбку»«Чей корабль быстрее»«Рыбалка»*Спортивное развлечение «День физкультурника»*«Перелет птиц»«Мы веселые ребята»«Дети и волк»«Быстро возьми»*Использование велосипеда* (при наличии условий) на прогулке*Игры – развлечения* «Найди листок, как на дереве»«Кто скорее соберет»«Найди себе пару»«Такой листок – лети ко мне»«Лохматый пес»«Карусель»«Котята и щенята»«Затейники»«Гуси – лебеди» | *Игры с мячом* «Охотник и зайцы»«Картошка»«Кого назвали, тот и ловит»*Игры с прыжками, бегом* «Новые классики с цифрами»«Охота на зайцев»«Пустое место»«Зайцы и волк»«Кто скорее до флажка»*Игры – эстафеты* «Перенеси предметы»«Зимующие и перелетные птицы»«Кто скорее соберет»«Кто скорее до флажка»*Задания* с бросанием мяча в кольцо, через веревку, метание малого мяча в цель, бег в медленном темпе, прыжки, галоп, ходьба змейкой.*Игры с лазанием, подлезанием, на равновесие* «Пчелки»«Жуки»«Белки и медведи»«Белка на дереве»«Совушка»*Развлечение «День здоровья»*Игровые задания «Великаны и гномы»«Перешагни – не задень»«Переноска мячей»«Пингвины»*Круговая тренировка:*На участке на расстоянии разложены атрибуты (скакалки, мячи, гантели, обручи,… + уличные тренажеры)Дети в нескольких подгруппах выполняют поочередно задания с этими предметами, меняются, переходя по кругу.*Элементы спортивных игр* «Обведи точно»«Сбей предмет»«Быстрый пас»«С кочки на кочку»«Овощи и фрукты»«Дни недели»*Игры – соревнования с водой*Разминка «Если утром дети умываются»«Морской бой»«Водяной блинчик»«Чей корабль быстрее приплывет»«Выжми мочалку»«Попади в цель»*Спортивное развлечение «День физкультурника»*«Пробеги тихо»«Жмурки»«Удочка»«Кто скорее до флажка»«Не попадись»«Ловишки с приседанием»*Игры –соревнования с использованием велосипедов, самокатов*«Кто быстрее»«Не упади»«Научи другого»*Игры – развлечения* «Ловишки»«К названному дереву беги»«Найди листок, как на дереве»«Кто скорее соберет»«Найди себе пару»«Зимующие и перелетные птицы»«Ловишка, бери ленту»«Капуста»«Сделай фигуру»«Затейники» |

**План воспитательно – образовательной работы**

*(физическое развитие)*

(Все задания и игры в картотеке)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Месяц, неделя | Младший дошкольный возраст | Старший дошкольный возраст |
| Июнь, 1 неделя2 неделя3 неделя4 неделяИюль, 1 неделя2 неделя3 неделя4 неделяАвгуст, 1 неделя2 неделя3 неделя4 неделя | **Физкультминутки с текстом** *Цель: обеспечить кратковременный активный отдых для детей, снять напряжение.***«День в детском саду»** - игровые задания «Беги к флажку»«По ровненькой дорожке»«Мы веселые ребята»«Дети и волк»**Школа мяча и скакалки**«Кто скорее соберет»«Найди себе пару»Игровые задания с длинной скакалкой «Ручеек», «Змейка» (на перепрыгивание), «Волна» (пробегание)С мячом «Назови имя» - в кругу **Игры – забавы с родителями** «Зайцы в огороде»«Хомячки и кошки»«Тихая охота»«Репка»**Спортивные этюды + гимнастика** на улице, со шнурами, веревочками, косичками, пластиковыми шариками, мячами с включением дыхательной гимнастики, физкульминуток с текстом**«День здоровья»** Загадки про атрибуты чистоты и здоровьяИгровые задания «Лужицы» (прыжки), «Веселое солнышко» (выложить на земле из обруча и палочек - лучики)Игры «Солнышко и дождик»«Брызгалки»«Овощи и фрукты»**Игры – развлечения** «Голубь»«Бабочки, лягушки и цапли»«Кто где живет»«Кот Васька»**Хороводные игры**«Карусель»«Затейники»«По ровненькой дорожке»«Поезд»**«Я – Водяной»**Утренняя гимнастика под песню водяного из мультфильма «Летучий корабль»«Лягушка» (физминутка)Игра «С кочки на кочку»«Море волнуется раз..»**«Путешествие в другую страну»**Подвижные игры других народов (на выбор из картотеки)**Спортивные этюды + гимнастика** (на выбор) на улице, в группе со шнурами, веревочками, косичками, пластиковыми шариками, мячами с включением дыхательной гимнастики, физкульминуток с текстом**Спортивный праздник «Проводы лета»** (сценарий) | **Физкультминутки с текстом** *Цель: обеспечить кратковременный активный отдых для детей, снять напряжение.***«Зигзаги ловкости»** - задания с использованием уличных тренажеров «Балансир», «Мостик», «Бревнышки», «Лабиринт», Игры –эстафеты «Сбей кеглю»,«Парный бег»«Перенеси арбузы»«Соревнование мячей»**Малые олимпийские игры**«Пройди через обручи»«Царь зверей»«Сбей кеглю»«Парные перебежки»**Игры – аттракционы с родителями**«Пронеси – не урони»«Перетягивание»«Парный бег»«Баба – яга»«Репка»**Спортивные этюды с элементами гимнастики** (на выбор) с предметами и без с включением дыхательной гимнастики, пальчиковой гимнастики**Мини – стадион**Круговая тренировка:На участке на расстоянии разложены атрибуты (скакалки, мячи, гантели, обручи,… + уличные тренажеры)Дети в нескольких подгруппах выполняют поочередно задания с этими предметами, меняются, переходя по кругу.**Игра – ориентирование** на улице (в группе) «Секретик» - 1 на группу со схемой - картой или от каждого ребенка**Летние забавы**«Пройди через обручи»«Перенеси арбузы»«Царь зверей»«2 кошки и мышки»**«Я – Водяной»**Утренняя гимнастика под песню водяного из мультфильма «Летучий корабль»Игра – фантазия с камушкамиЭстафета «По кочкам»Использование уличных тренажеров в НОД (царство водяного – болото, ручей,…)«А над морем мы с тобою» (физмин)Игра «Перешагни – не задень»«Ручеек»**«Путешествие в другую страну»**Подвижные игры других народов (на выбор из картотеки)**Спортивные этюды с элементами гимнастики** (на выбор) на улице с предметами и без с включением дыхательной гимнастики, пальчиковой гимнастики, подвижных игр**Спортивный праздник «Проводы лета»** (сценарий) |