**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ДЕТСКИЙ САД №290**

1



**ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ТЕМАТИЧЕСКОЙ НЕДЕЛИ**

**«ЗИМНИЕ ИГРЫ И ЗАБАВЫ»**

Воспитатель подготовительной группы №11

Холматова Асал Маноновна

ВОЛГОГРАД 2020 год

**Неделя « Зимние игры и забавы» с 13 по 17 января 2020**

**Цели и задачи:**

- Повысить профессиональный педагогический уровень по всем вопросам организации полноценного активного отдыха детей на зимней прогулке;

- Обогатить опыт работы через взаимопосещения различных практических мероприятий, организованных в дошкольном образовательном учреждении;

- Расширить перечень спортивных игр, забав и развлечений, использование которых обогатит содержание прогулки в зимнее время;

- Выявить наиболее рациональные приёмы организации развлекательной и двигательной деятельности детей на прогулке зимой;

- Привлечь родителей к созданию условий для проведения зимних мероприятий на участке и совместной творческой работе с детьми ;

- Расширять и обогащать кругозор детей через познавательно- исследовательскую деятельность

**13января-Понедельник. Почему наступает зима.**

Цель:Дать первичные представления о сменяемости времен года, через познание космоса.

Задачи:

**-** познакомить детей с расположением Земли относительно Солнца в зимнее время

- развивать наблюдательности, умение делать умозаключения

- продолжать знакомить с жанрами устного народного творчества

- развивать речь

- формировать умение анализировать признаки зимы

- укреплять здоровье детей

- повышать двигательную активность во время прогулки

Вид детской деятельности: игровая, коммуникативная, познавательно- исследовательская, восприятие художественной литературы

1 половина

Беседа с детьми на тему: « Какие признаки зимы ты увидел по дороге в детский сад?»

Гимнастика « Зимушка - зима»

10.35-12.25 –Подготовка к прогулке, прогулка.

На прогулке:

- наблюдение за солнцем ( его расположением , яркостью ,теплом солнечных лучей).

- расчистка дорожек у снежных построек

- подвижные игры « Попади в цель» , «Мороз красный нос».

2 половина дня

15.00-15.25 Постепенный подъем . Гимнастика пробуждения « Путешествие снежинки»

16.20-16.40 – Стихи, загадки, поговорки о зиме. Использование аудиосборника

« Все про Новый год»

Цель - довести до понимания детей смысловое содержание малых фольклорных форм

14января - Вторник

**« Раскроем тайну снежинки»**

Цель: Продолжать знакомить детей со свойствами воды

Задачи:

- расширять кругозор детей, через исследовательскую деятельность

- развивать способность решать интеллектуальные задачи

- совершенствовать умения и навыки детей в свободном экспериментировании с изобразительным материалом ,помочь детям освоить метод спонтанного рисования

- развивать зрительную наблюдательность, способность замечать необычное в окружающем мире

- привлечь родителей к жизни группы и детского сада

- укреплять здоровье детей

- повышать двигательную активность во время прогулки

- закрепить навык прямого и обратного счета в пределах 10

Вид детской деятельности: игровая, коммуникативная, познавательно- исследовательская, восприятие художественной литературы, продуктивная.

1 половина дня.

Рассматривание картинок с изображением снежинок, с целью определения их форм, размеров, рисунков.

Гимнастика « Зимняя прогулка»

10.35-12.25 –Подготовка к прогулке, прогулка.

- подвижные игры «Два Мороза». «Снежная карусель», «Сбей колпак», игры со снежными постройками

2 половина дня

15.00-15.25 Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения « Путешествие снежинки»

15 января - Среда.

**« Природа зимой»**

Цель: вызвать интерес у детей к зимним явления природы

Задачи:

- развивать зрительную внимательность и наблюдательность

- формировать умение выделять основные признаки зимы в живой и неживой природе

- развивать устную речь, обогащать словарный запас, учить строить предложения

- развивать способность в сочинительстве

- приобщить родителей к жизни группы и детского сада

- укреплять здоровье детей

- повышать двигательную активность во время прогулки

Вид детской деятельности: игровая, коммуникативная, познавательно- исследовательская, ,восприятие художественной литературы.

1 половина дня.

Беседы с детьми на тему: « Что ты увидел по дороге в детский сад из живой, неживой природы?»

Гимнастика « Зимняя прогулка».

- Подвижная игра « Охотники и зайцы»

10.35-12.25 –Подготовка к прогулке, прогулка.

На прогулке:

- «Кормим птиц» ( составления узора из крупы на снегу и развешивание кормушек).

- Наблюдение за поведением птиц прилетающих на участок, определяем их название

-Зимняя олимпиада. Совместные игры и забавы детей средней и старшей возрастных групп. Подвижные игры « Затейники», « Слепи снежок», командные эстафеты.





2 половина дня

15.00-15.25 Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения « Путешествие снежинки»

16 января – Четверг

**« Путешествие в музыку зимы»**

Цель: Формировать умение узнавать в музыкальных произведениях звуки зимы

Задачи:

- развивать музыкальный слух, умение слышать и понимать ритмические рисунки

- развивать певческие и танцевальные навыки

- создать эмоционально положительное настроение

- формировать умение слушать и вслушиваться в звуки природы

- приобщать детей к использованию бросового материала для конструирования

- знакомить с нетрадиционными техниками рисования

- укреплять здоровье детей

- повышать двигательную активность во время прогулки

Вид детской деятельности: игровая, коммуникативная, познавательно- исследовательская, ,восприятие музыкальных произведений

1половина дня.

Гимнастика « Зимушка - зима»

Прослушивание песен, музыки из аудиосборника « Все про новый год»

9.00 -9.25 – Организация образовательной деятельности. « Музыка»

Интегрированное занятие « Музыка зимы»

( совместно с музыкальным руководителем)

В ходе занятия используется:

- Прослушивание отрывков из альбома « Времена года» П.И.Чайковского « Декабрь»,

- Отгадывание загадок, чтение стихотворений, пословицы и поговороки о зиме.

10.35-12.25 –Подготовка к прогулке ,прогулка.

На прогулке:

- слушаем как звучит снег, лед ,звон сосулек, треск замерзших веток и т.д.

- уборка снега вокруг зимних построек

- спортивные эстафеты, зимняя забава « Штурм крепости»

2половина дня

15.00-15.25 Постепенный подъем . Гимнастика пробуждения « Путешествие снежинки»

15января- Пятница

**« Зима – спортивная пора»**

Цель: познакомить детей с историей создания зимних видов спорта

Задачи:

- расширять кругозор детей через познание истории вещей

- вызвать интерес к зимним видам спорта

- вызвать желание заниматься спортом и вести здоровый образ жизни

- развивать такие физические качества как скорость, выносливость

- вырабатывать способность к командной игре и подчинению правилам игры ,эстафет

- укреплять здоровье детей

- закреплять умение работать с пластилином ,передавать в лепке основные части тела человека ,соблюдая пропорции

Вид детской деятельности: игровая, коммуникативная, познавательно- исследовательская,

восприятие художественных произведений, спортивная

1половина дня

Беседа с детьми на тему: «Зимние прогулки с родителями»

Гимнастика « Зимняя прогулка»

9.00 -9.25 – Организация образовательной деятельности. « Художественное творчество»

Интегрированное занятие « Зима – спортивная пора»

10.35-12.25 –Подготовка к прогулке, прогулка.

На прогулке:

- наблюдение за погодой, определить характеристику дня

- уборка снега вокруг зимних построек

- спортивные эстафеты, катание на санках, лыжах

2 половина дня

15.00-15.25 Постепенный подъем . Гимнастика пробуждения « Путешествие снежинки»

**Гимнастика пробуждения**

1. «Снежинки просыпаются» - и. п.: лежа на спине, руки вдоль туловища. Повороты головы влево вправо.

2. «Снежинки-пушинки» - и. п.: то же. Развести руки и ноги в стороны, вернуться в и. п.

3. «Клубок снежинок» - и. п.: сидя на кроватке. Колени согнуть и обхватить руками, голову опустить; затем выпрямиться, руки назад, ноги вытянуть, голову вверх.

4. «Снежинки-самолетики» - и. п.: сидя на коленях, руки опущены. Приподняться на коленях, руки в стороны.

5. «Метель заметает снежинки» - и. п.: стоя возле кровати. Наклоны туловища вперед, взмахи руками – «метель».

6. «Снегопад» - и. п.: стоя возле кроватки, руки в стороны. Мелкие приседания с опусканием рук вниз.

Ходьба по массажному коврику с притопом

**Зарядка**

**« Зимняя прогулка»**

Дети выстраиваются в шеренгу.

Воспитатель: Наступили холода,

К нам опять пришла зима.

Но, зимы мы не боимся

В спорте с холодом сразимся!

Воспитатель даёт команду: Направо! В одной колонне шагом марш!

Дети: На весёлую зарядку

Приглашаем вас сутра.

А, здоровым быть и крепким

Помогает нам ходьба.

(ходьба в колонне)

По заснеженным дорожкам

Мы крадёмся словно кошки.

(ходьба на носках – руки на поясе)

Сугробы за ночь подросли

Стали очень высоки.

(ходьба на пятках – руки вверх)

Снег, снежок идёт с утра,

Начинается игра

Как услышишь слово «три»

Скорей снежиночку лови.

Раз, два, три,

Стоп, замри!

(ходьба с хлопками над головой, руки на поясе)

До чего мороз велик,

Нам стоять не велит.

(лёгкий бег в колонне на носках)

Общеразвивающие упражнения

1. «Погреемся» И. п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки подняты в стороны. Хлопнуть по противоположным плечам. Повторить 6 – 8 раз.
2. «Весёлый снеговик» И. п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки на поясе. Поворот туловища вправо – развести руки в стороны, вернуться в исходное положение. Поворот туловища влево – развести руки в стороны, вернуться в исходное положение. Повторить упражнение в каждую сторону 4 раза.
3. «Лыжник». И. п.: стоя, ноги на ширине плеч. Руки, слегка согнутые в локтях, поднять вперед, на уровень плеч, пальцы сжать в кулаки. Наклонить туловище вперед, не опуская головы, согнуть колени и опустить руки вниз - назад; затем вернуться в исходное положение. Повторить упражнение 6—8 раз.
4. «Катание на санках» И. п. сидя, прямые ноги слегка расставлены, прямые руки подняты вперёд. Лёгкие наклоны назад – вперёд, неопуская рук. Выполнить упражнение 4 раза назад, 4 раза вперёд.
5. «Конькобежец». И. п.: стоя на коленях, колени расставлены на ширине плеч, руки за спиной. Наклонить туловище вправо, слегка присев на пятку (выдох); принять исходное положение — вдох. То же в другую сторону. Повторить упражнение 4 раза в каждую сторону.
6. «Греем ноги» И. п.: сидя, руки сбоку, на полу, ноги вместе. Согнуть ноги в коленях и обхватить их руками. Вернуться в исходное положение. Повторить 6 - 8 раз.
7. «Снежинка» И. п.: ноги вместе, руки опущены вдоль туловища.

Прыжки на месте на двух ногах. Во время прыжка ноги и руки развести в

стороны, вернуться в исходное положение. Выполнить 8 прыжков в

чередовании с ходьбой. Повторить 2 раза.

Упражнение для восстановления дыхания

И. п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднять прямые руки

через стороны вверх – вдох носом, опустить вниз выдох ртом.

Перестроение в колонну. Заключительная ходьба.

Дети произносят речовку: Что бы день твой был в порядке

Начинай его с зарядки!

**Зарядка**

**«Зимушка-зима»**

Воспитатель. Ребята, какое сейчас время года? (Ответы детей.) Чем вам нравится зима? (Ответы детей.) Давайте покажем в упражнениях, как нам нравится зимушка-зима. Гуляем по зимней дороге. (Ходьба в колонне по одному (15 секунд).)

Гуляем с друзьями. (Ходьба парами, не держась за руки (10 секунд).)

Радуемся прогулкам на воздухе. Бег врассыпную (15 секунд).

Ходьба врассыпную (10 секунд). Построение в круг.

Упражнение «Падает, падает снег».

Исходная позиция: стоя, ноги слегка расставлены, руки опущены. Руки развести в стороны, вверх, подняться на носки. Вернуться в исходную позицию. Повторить 6 раз. Темп медленный. Указание детям: «Хорошо потянитесь».

Упражнение «Греем руки».

Исходная позиция: сидя, ноги врозь, руки за спиной. Руки перед грудью, согнутые в локтях. Подуть на них. На счет 1,2 —вдох. На счет 1, 2, 3,4—выдох. Вернуться в исходную позицию. Повторить 5 раз, темп умеренный.

Указание детям: «Выдох должен быть длиннее вдоха».

Упражнение «Глазки устали от снега».

Исходная позиция: стоя, ноги слегка расставлены, руки опущены. Присесть. Поморгать глазами. Закрыть глаза. Поморгать глазами, посмотреть вверх. Вернуться в исходную позицию. Повторить 3 раза.

Указание детям: «Закройте глазки».

Упражнение «Холодно»

Исходная позиция: сидя, ноги врозь, руки упор сзади. Согнуть ноги в коленях, подтянуть их к груди, обхватить руками. Вернуться в исходную позицию.

Повторить 5 раз.

Показ и объяснение воспитателя.

Упражнение «Детвора рада зиме».

Исходная позиция: стоя, ноги слегка расставлены, руки на поясе. 8-10 подскоков на месте, чередовать с ходьбой. Повторить 2 раза.

Указание детям: «Прыгайте легко».

Заключительная часть

Бег по залу врассыпную (20 секунд).

Дыхательное упражнение «Дуем на снежинки».

На счет 1,2 — вдох. На счет 1, 2, 3, 4— выдох. Повторить 3 раза.

Ходьба по залу врассыпную (15 секунд).

Дети возвращаются в группу.

**Игра «Снежок»**

Дети произносят:

Давай дружок ,лепи снежок,

Еще разок, лепи снежок.

По рукам снежок катаем,

Воеводу выбираем.

Дети произносят слова, передают снежок. Соседи игрока ,у кого остался снежок ,бегут в противоположные стороны. Кто быстрей дотронется до снежка, становится воеводой.

**Игра « Два Мороза»**

На противоположных сторонах площадки отмечаются два города. Играющие, разделившись на две группы, располагаются в них. В середине площадки помещаются братья Морозы: Мороз Красный Нос и Мороз Синий Нос. Они обращаются к играющим со словами:

Мы два брата молодые,  
Два Мороза удалые:  
Я – Мороз Красный Нос,  
Я – Мороз Синий Нос.  
Кто из вас решится  
В путь-дороженьку пуститься?

Ребята хором отвечают:  
Не боимся мы угроз,  
И не страшен нам мороз.

И начинают перебегать из одного «города» в другой. Морозы их ловят. Тот, кого им удаётся поймать, считается замороженным. Он остаётся на том месте, где был пойман, и должен, раскинув руки, преграждать путь играющим при следующих перебежках. Когда замороженным окажется так много, что пробегать станет трудно, игра прекращается. Победителями считаются те, кого ни разу не заморозили.

**Игра «Затейники»**

Один из играющих выбирается затейником, он становится в середину круга. Остальные дети идут по кругу, взявшись за руки. Они произносят: «Ровным кругом, друг за другом, мы идем за шагом шаг, Стой на месте, дружно вместе сделаем вот так». Опуская руки, играющие останавливаются. Затейник показывает какое-нибудь движение. Все дети должны повторить это движение.

**Игра «Слепи снежок»**

Дети делятся на две команды. Каждая лепят снежки и собирает в свой заранее очерченный круг. В конце подводятся итоги: чья команда слепила больше снежков

**Игра « Хитрая лиса»**

Играющие стоят в кругу, закрывают глаза. Ведущий обходит круг за спинами детей и дотрагивается до одного ребенка, который становится хитрой лисой. Затем дети открывают глаза и трижды зовут: «Хитрая лиса, где ты?» Ребенок, до которого дотронулся ведущий, выходит на середину, говорит: «Я здесь!» - и начинает ловить играющих. Пойманных от отводит в свой дом. Затем игра повторяется.

**Забава « Штурм крепости»**

Каждая группа старается защитить свою крепость от нападающих.

**Игра «Охотники и зайцы»**

С помощью считалки выбирают двух "охотников", которые берут у руки по маленькому резиновому мячику. Остальные дети - "зайцы", они сидят в "норке" - на противоположной стороне площадки за начерченной чёрточкой. Охотники обходят площадку, притворяясь, что ищут добычу, потом прячутся за двумя стульчиками или просто приседают в уголке площадки.

На слова воспитателя "Зайчик прыг-скок в зелёный лесок" зайцы выбегают на середину площадки, начинают прыгать. На сигнал "Охотники!" зайцы убегают в свои убежища, а охотники охотятся на них - целятся мячиками под ноги. В кого попадут - те дети становятся охотниками.

Примечание. Игра может длиться при условии, когда один и тот же охотник попадёт в 4-6 зайцев, после чего новых ведущих снова выбирают с помощью считалки.

Надо следить, чтобы охотники бросали мяч как правой, так и левой рукой и лишь под ноги зайцам. Мяч поднимает тот, кто его бросил.

**Игра «Мороз красный нос»**

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, в одном из них располагаются играющие. Посередине площадки лицом к ним становится водящий - Мороз - Красный нос. Он произносит:

Я Мороз — Красный нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

Играющие хором отвечают:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз.

После этого они перебегают через площадку в другой дом, Мороз догоняет и старается их заморозить (коснуться рукой). Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг Мороз, и стоят так до окончания перебежки. Мороз подсчитывает, скольких играющих удалось заморозить. При этом учитывается, что играющие, выбежавшие из дома до сигнала или оставшиеся в доме после него, тоже считаются замороженными. После нескольких перебежек выбирают нового Мороза. В конце игры подводится итог, сравнивают, какой Мороз заморозил больше играющих.

Вариант. Игра протекает так же, как и предыдущая, но в ней два Мороза (Мороз - Красный нос и Мороз - Синий нос). Стоя посередине площадки лицом к детям, они произносят:

Мы два брата молодые,

Два Мороза удалые,

Я Мороз – Красный нос,

Я Мороз – Синий нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

После ответа:   
Не боимся мы угроз,   
И не страшен нам мороз,—   
все играющие перебегают в другой дом, а оба Мороза стараются их заморозить. Они подсчитывают, сколько играющих удалось заморозить.

В конце игры выясняется, какая пара Морозов заморозила больше играющих.

**Игра« Метелица»**

Все дети встают друг за другом и берутся за руки. Первым стоит взрослый - он метелица. Метелица медленно пробегает между снежными постройками, валами, санками змейкой или обегает их, ведя за собой. Ребята стараются не разорвать цепочку и не натыкаться на предметы.

**Игра «Снежная карусель»**

Взявшись за руки, дети образуют круг вокруг снеговика и изображают снежинки. По сигналу взрослого они идут сначала медленно, потом все быстрее, в конце концов бегут. После того как играющие пробегут по кругу несколько раз, взрослый предлагает им изменить направление движения, говоря: «Ветер изменился, полетели снежинки в другую сторону». Играющие замедляют движение, останавливаются и начинают двигаться в противоположном направлении. Сперва они двигаются медленно, а потом все быстрее и быстрее, пока взрослый не скажет: «Совсем стих ветер, снежинки спокойно падают на землю». Движение снежной карусели замедляется, дети останавливаются и отпускают руки. После небольшого отдыха игра возобновляется.

**Эстафета**

Дети делятся на две команды по 6-7 человек.

1 этап – закатить мяч в лунку

2 этап – пройти след в след

3 этап- сбить колпак

4 этап- найти мячику свое место ( дети выбирают по цвету мяча лунку в пирамиде)

**Эстафета**

1 этап - прокатить мячик клюшкой по дорожке

2 этап – найти незанятый домик для мячика

3этап – пробежать лабиринт

Используемые источники :

[http://bambinella.ru/](http://bambinella.ru/igri-zimoi-18.php) [http://nsportal.ru/](http://nsportal.ru/detskii-sad/fizkultura/kompleksy-utrenney-gimnastiki-v-starshey-gruppe-detskogo-sada)

В.И Коваленко « Азбука физкультминуток»