

Совместная и самостоятельная деятельность
в спортивном уголке
Младшая группа

Задачи:

- знакомить со спортивным уголком, его инвентарем: мячом, нестандартным оборудованием - «лужи»; с санками, лыжами, ледянками;
- обучать энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину; в метании мячей диаметром 15-20 см;
- закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании;
- продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно;
- поощрять самостоятельные игры с мячами;
- развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними;
- дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, полезных для здоровья человека;
- формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы;
- дать представление о необходимости закаливания;
- дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни;
- формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения;
- формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни;
- воспитывать у детей интерес к занятиям физической культуры;
- воспитывать у детей бережное отношение к спортивному оборудованию;
- содействовать развитию положительных эмоций в процессе общения со сверстниками;
- воспитывать чувства взаимопонимания и сопереживания.

Месяц	Неделя	Совместная деятельность	неделя	Самостоятельная деятельность
сентябрь	1	Внесение спортивного инвентаря: мяч. Рассматривание, рассказ о нем (форма, цвет, материал, как используют), о безопасности при игре, использовании.	2	Игры с мячами: катание, броски, ловля.
	3	Чтение стихотворения «Слух» Не кричите слишком громко, Вас и так прекрасно слышно, Когда вполголоса, спокойно, Вы ведете свой рассказ. Не включайте до предела Магнитофон и телевизор, Чтоб все соседи в доме Затыкали нервно уши И стучали вам по трубам, Чтобы стало чуть потише. Громкий звук – беда для слуха. Вы не сможете услышать Громкий рокот самолета, Дивной трели соловья. И, о ужас, голос мамы Вы совсем не разберете. Оттого, что так бездумно Относились долго к слуху, Можете вы очень скоро Стать глухими навсегда.	4	Ползание под воротцами.
октябрь	1	Просмотр развивающих м/фильмов из серии «Смешарики»: «Копатыч и последняя бочка меда» (о правильном питании и пользе овощей и фруктов)	2	Рассматривание альбома «Овощи. Фрукты»

	3	Чтение стихотворения Ю. Тувима «Хозяйка с базара однажды пришла»	4	Игры с мячами: подбрасывание мяча и ловля двумя руками.
ноябрь	1	Внесение нестандартного спортивного оборудования «Лужи». Рассматривание, рассказ, о нем (форма, цвет, материал, как используют), о безопасности при игре, использовании.	2	Прыжки в длину с места «Прыгни через лужу»
	3	М/ф «Смешарики» «Если хочешь быть здоров» (о закаливании)	4	Босохождение по дорожкам здоровья.
декабрь	1	Чтение стихотворения «Телевизор» (о зрении): Ребятишки снова рано Сели около экрана. Смотрят сводку новостей, Передачу для детей. Выступление артистов, Встречу тележурналистов, Длинный фильм документальный, И хоккейный матч финальный... Скоро ночь, друзья не спят – Смотрят, смотрят все подряд! А после удивляются: «Как это получается – У самого экрана Уселись мы удобно... Все видели прекрасно, Все видели подробно... Теперь в глазах мерцанье, Теперь в глазах рябит, Все кружится, качается,	2	Броски мяча в цель.

декабрь	1	И голова болит!» Помни: вреден телевизор, Если глаз к экрану близок, И, конечно, вредно глазу, Если смотришь много сразу!		
	3	Знакомство с санками: рассказ. рассматривание, использование. безопасность.	4	Ходьба по узкой дорожке.
январь	1	каникулы	2	каникулы
	3	Знакомство с лыжами: рассматривание, рассказ, о них (форма, цвет, материал, как используют), о безопасности при использовании.	4	Игра "Подбери пару" (лыжи по длине)
февраль	1	Внесение ледянки: рассматривание, рассказ, из чего сделаны, безопасность, как правильно кататься.	2	Прыжки через «кирпичик».
	3	Чтение отрывка из сказки К. Чуковского «Мойдодыр»	4	Рассматривание иллюстраций книги «Мойдодыр» К. Чуковского
март	1	М/ф «Учимся правильно мыть ручки».	2	Раскраска «Предметы гигиены»
	3	М/ф серии «Смешарики» «Азбука здоровья: правильное питание». Песенка о правильном питании. Мы не зайчики, не мышки, Чтобы есть без передышки. Завтрак есть, обед и ужин, Лишний перекус не	4	Игровая ситуация «Накорми куклу»

		нужен. Всем вредит переедание. Соблюдай режим питания!		
апрель	1	М/ф «Смешарики» «Азбука здоровья: кому нужна зарядка»	2	Прыжки из обруча в обруч.
	3	Загадки про спортивный инвентарь.	4	Раскраски «Спортивный инвентарь»
май	1	Чтение стихотворения «Про зубки» Перестану зубки чистить, И пойду я в сад гулять. Попрошу я папу, маму, На качельке покачать. А с качели-карусели Захочу в бассейн пойти, Ох, как зубки заболели... Мне пора к врачу идти... Зубки врач мои посмотрит, Плохо дело-то, дружок – Бормашиною посверлит Коренной уже зубок... Ну, а если ты не будешь, Зубки чистить по утрам, Боль зубную не забудешь, Будешь ныть по вечерам... Ребяткам мой совет такой, Чисти зубки, руки мой!!! О врачах тогда забудешь, И здоровеньким ты будешь.	2	Игра с набором «Юный стоматолог»
	3	М/ф «Смешарики - Быть здоровым –здорово!» (о гигиене, занятии спортом, правильном питании)	4	Игровая ситуация «Кукла заболела»