

МАРТ МЕСЯЦ
перспективное планирование
1 БЛОК
ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

Задачи:

- ✓ Продолжать развивать умение осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (ОД, ОРУ, спортивных упражнений).
- ✓ Развивать творчество в двигательной активности.
- ✓ Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
- ✓ Формировать представление о полезных привычках, укрепляющих здоровье.
- ✓ Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, быстроту реакции, силу, общую выносливость.
- ✓ Развивать устойчивый интерес к правилам и нормам ЗОЖ, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения.
- ✓ Развивать умения элементарно описывать своё самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.

Комплексы утренней гимнастики

*№ 1 - комплекс «Весна в лесу»

*№ 2 - комплекс «Сказочный мяч»

Комплекс гимнастики пробуждения /после дневного сна/:

***№ 1. Первая и вторая недели.**

Гимнастика в постели, профилактика нарушений осанки и плоскостопия.

«Гимнастика для котят».

Сон прошел, и мы проснулись,

Улыбнулись, потянулись, *(Дети потягиваются, лежа на спине)*

Лапки друг о дружке трем *(Потирают одну руку о другую)*

И в ладошки громко бьем. *(Хлопают)*

А теперь поднимем ножки, *(Поочередно поднимают ноги)*

Как у нашей мамы Кошки,

Левая и правая – мы котята brave.

На животик повернулись, *(Переворачиваются на живот)*

Снова дружно потянулись,

Оторвали от подушки *(Поднимают и опускают голову)*

Носик, голову и ушки,

На коленки резво встали *(Двигают тазобедренными суставами влево)*

«Хвостиками» помахали, *(и вправо)*

Выгнулись, прогнулись, *(Выгибают и прогибают спину)*

На бок повернулись, *(Поворачивают голову вправо и влево)*

Сели на кровати, *(Сидя на кровати, свешивают ноги)*

Почесали пятки, *(очесывают пятки).*

Постучали об пол немножко, *(Стучат пятками об пол)*

Набирайтесь силы, ножки!

Сил набрались наши ножки,

Поскакали по дорожке, *(Ходят по дорожке здоровья)*

По дорожке не простой,

По неровной, по колючей,

По шершавой — вот какой!

Мы проснулись, мы готовы

Петь, играть и бегать снова.

Дружно нам сказать не лень:

«Здравствуй, день, Веселый день!»

Массаж ног.

И.п. — сидя по-турецки.

1. Подтягивая к себе стопу левой ноги, ребенок разминает пальцы ног, поглаживает между пальцами, раздвигает пальцы. Сильно нажимает на пятку, растирает стопу, щиплет, похлопывает по пальцам, пятке, выпуклой части стопы. Делает стопой вращательные движения, вытягивает вперед носок, пятку, затем похлопывает ладошкой по всей стопе: «Будь здоровым, красивым, сильным, ловким, добрым, счастливым!...» То же – с правой ногой.

2. Поглаживает, пощипывает, сильно растирает голени и бедра, «надевает» воображаемый чулок, затем «снимает его и сбрасывает», встряхивая руки.

Дыхательная гимнастика.

Игра «Шарик». Дети сидят. «Надувают шары»: широко разводя руки в стороны и глубоко вдохнув, выдувают воздух в «шарик» — «Ф-Ф-Ф», медленно хлопают в ладоши. Из шарика выходит воздух. «Ш-Ш-Ш», произносят дети, делая губы хоботком и складывая руки на коленях. Повторить 2-3 раза.

Игра «Будем красить потолок». Дети за воспитателем хором повторяют:

Красить комнаты пора,

Пригласили маляра,

Он приходит в старый дом

С новой кистью и ведром.

Далее воспитатель говорит: «Сейчас и мы с вами будем красить потолок, только кистью будет наш язычок».

Водные процедуры.

***№ 2. Третья, четвертая недели.**

Гимнастика в постели.

1. И.п.: лежа на спине, руки вдоль тела. Поднять голову, согнуть обе ноги, подтянуть их коленями к груди, задержаться на 4-5 счетов; вернуться в и.п. Повторить 5-6 раз.

2. «Уточка». И.п.: лежа на животе, руки сложены впереди, лоб — на руках. Приподнять голову, верхнюю часть груди, руки вытянуть назад; приподнять прямые ноги; прогнуться и задержаться в этом положении на 4-5 счетов; вернуться в и.п. Повторить 5 раз.

3. И.п.: лежа на спине, руки на поясе, ноги выпрямлены. Приподнять прямые ноги и совершать ими движения в горизонтальной плоскости — «горизонтальные ножницы», 3 раза по 15 секунд.

4. И.п.: лежа на животе, руки сложены впереди, голова лбом лежит на тыльной поверхности пальцев. Поднять голову и плечевой пояс, руки в «крылышки», в стороны, за голову, в «крылышки», вернуться в и.п. Повторить 5 раз.

5. И.п.: лежа на спине, руки вытянуты вверх. Махом рук сесть, руки в «крылышки», спина прямая; вернуться в и.п. Повторить 6-7 раз.

6. И.п.: сесть на пятки, руки опущены. Наклонить туловище вперед, не отрывая таза от пяток; вытянуться вперед, скользя руками по кровати; медленно вернуться в и.п. Повторить 3 раза.

7. «Цапля». И.п.: стать прямо около кровати, ноги вместе, руки на поясе. Поднять согнутую в колене ногу, носок вытянуть, прикоснуться им к колену; бедро параллельно полу. Стоять около 30 секунд.

Массаж головы.

Подушечками пальцев помассировать волосистую часть головы со сдвиганием кожи.

Профилактика плоскостопия.

И.п. — стоя возле кровати.

1. «Сокращение» стоп.

2. Перекатывание с пятки на носок и с носка на пятку.

3. Собираение с пола мелких предметов (ткани) пальцами ног.

4. Сведение и разведение пяток, стоя на носках.

5. Приседание на носки.

Хожение босиком по ребристой доске.

Профилактика нарушений осанки.

Ходьба с плоской игрушкой, лежащей на голове. Руки на поясе, спина прямая, смотреть прямо. «Пройти, не уронив игрушку».(1-2 мин.)

Дыхательная гимнастика.

1. И.п. – стоя. Рот закрыт. Одну половину носа плотно закрыть пальцем, дыхание производить поочередно (по 4-5 раз) через каждую половинку носа.
2. Дышать только через нос. Встать, ноги на ширине плеч. Руки поднять вперед и вверх ладонями внутрь – вдох, опустить руки вниз – выдох. Выполнять медленно по 5 раз.
3. Стоя, вдыхать через одну половину носа, а выдыхать через другую до 5-6 раз через каждую половину носа.
4. Стоя ноги вместе, нос зажат пальцами. Не спеша, громко считать до 10 (рот закрыт), затем сделать глубокий вдох и полный выдох через нос (5-6 раз).
5. Вдох через нос, рот закрыт. На удлинённом выдохе произносить звук «м-м-м» (медленно до 8 раз).

Водные процедуры.

Подвижные игры и упражнения на месяц:

название	О.Д.	примечания
П/и «Не выпускай мяч из круга»	Владение мячом (отбивание мяча ногой)	новая
П/и «Хитрая лиса»	бег	новая
П/и «Медведь и пчёлы»	бег, лазание	новая
П/и «Догони свою пару»	бег	закрепление
И/у «Прокати и сбей»	сбивание мячом кегли	новое
И/у «Карусели»	ходьба и бег по кругу	закрепление
П/и «Бездомный заяц»	бег	закрепление
П/и «Угадай по голосу»	внимание, быстрота реакции игра малой подвижности	закрепление
И/у «Обведи и передай»	владение мячом (ведение, передача)	закрепление
И/у «Перебежки»	бег	

Пальчиковая гимнастика:

«Апельсин», «Семья», «Бабушка», «Замок», «У оленя дом большой», «Стирка», «Бойцы», «Солдаты», «Сегодня праздник всех отцов», «Капитан»

Тема: 8 марта. Моя семья

Наши мамы.

Много мам на белом свете,	<i>(Разводят руки в разные стороны, затем крепко обхватывают себя за плечи)</i>
Всех их очень любят дети!	
Журналист и инженер,	<i>(Поочерёдно сгибают пальчики, начиная с мизинца, сначала на одной, затем на другой руке)</i>
Повар, милиционер,	
Швея, кондуктор и учитель,	
Врач, парикмахер и строитель –	
Мамы разные нужны,	<i>(Сжимают обе ладошки в «замочек»)</i>
Мамы разные важны!	<i>(Разводят руки, поднимают ладошками вверх)</i>

Семья

Раз, два, три, четыре!	<i>(хлопают в ладоши)</i>
Кто живет в моей квартире?	
Раз, два, три, четыре, пять!	<i>(хлопают в ладоши)</i>
Всех могу пересчитать:	
Папа, мама, брат, сестренка,	
Кошка Мурка, Два котенка,	
Мой щегол, сверчок и я	<i>(поочередное поглаживание – массаж всех десяти пальцев).</i>
Вот и вся моя семья!	

Кто приехал?

Кто приехал? *(Пальцы обеих рук сложены вместе)*
Мы, мы, мы! *(Быстро хлопают кончики больших пальцев)*
Мама, мама, это ты? *(Кончики больших пальцев прижаты, а кончики остальных хлопают)*
Да, да, да! *(Хлопают кончики больших пальцев)*
Папа, папа, это ты? *(Хлопают кончики указательных)*
Да, да, да! *(Хлопают кончики больших пальцев)*
Братец, братец, это ты? *(Хлопают кончики средних пальцев)*
Да, да, да! *(Хлопают кончики больших пальцев)*
Ах, сестричка, это ты? *(Хлопают кончики безымянных пальцев)*
Да, да, да! *(Хлопают кончики больших пальцев)*
Все мы вместе, да, да, да! *(Хлопают кончики мизинцев. Хлопать в ладоши)*

Дружная семья

Этот пальчик – дедушка, *(загибаем поочередно пальцы, начиная с большого)*
Этот пальчик – бабушка,
Этот пальчик – папочка,
Этот пальчик – мамочка,
А вот этот пальчик – я,
Вместе – дружная семья! *(хлопаем в ладоши)*

2 БЛОК ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

Задачи:

- ✓ Развивать интерес к самостоятельному познанию объектов окружающего мира в его разнообразных проявлениях и простейших зависимостях.
- ✓ Развивать аналитическое восприятие, умение использовать разные способы познания: обследование объектов, сравнение по разным основаниям, измерение, упорядочивание, классификация.
- ✓ Развивать умение отражать результаты познания в речи, приводить примеры и аналогии.
- ✓ Обогащать представления о людях, правилах взаимоотношений взрослых и детей.
- ✓ Поддерживать творческое отражение результатов познания в продуктах детской деятельности.
- ✓ Воспитывать эмоционально – ценностное отношение к окружающему миру (природе, людям).

Наблюдения:

- * За увеличением светового дня (солнце светит дольше)
- * Сравнительные наблюдения (что изменилось по сравнению с февралём): снег на солнце тает, рыхлый, ручейки в солнечную погоду, сосульки, капель (откуда берётся, как звенит)
- * Наблюдение за небом. Появляются кучевые облака, в солнечную погоду небо голубое. Показать зависимость количества облаков от таяния снега. Уточнить, что снег и лёд – это разное состояние воды.
- * За птицами. Вороны начинают постройки гнёзд, воробьи щебечут, синицы поют; греются на солнышке, на деревьях.
- * За комнатными растениями (длительные) – активный рост
- * Долгительные наблюдения за ростом овса, гороха, томатов, огурцов
- * За деревьями (на вербе появляются первые пушинки - серёжки)

Опыты и экспериментальная деятельность:

- * Зависимость состояния воды от температуры (лёд – вода – пар)
- * Рост посевов овса в зависимости от освещённости

Беседы по экологии:

- Пробуждение природы (обобщение наблюдений с использованием моделей)
- Рассматривание иллюстраций с изображением грачей
- Что такое туманы и облака
- Весенний лёд (чем опасен)

Экологические Дидактические игры и упражнения:

- «Кто где живёт?»
- «Кто летает, прыгает, плавает»
- «Чей клюв, чьи лапы, чьи хвосты»
- Магазин «Семена»
- «Летает – не летает»
- «Закончи предложение»
- «Собери урожай»
- «Природа и человек»
- «Так бывает или нет?»

Дидактические игры и упражнения:

- Игры на воссоздание фигур из специальных наборов.
- «Считалки»
- «Бывает – не бывает»
- «Сложи узор»
- «В каком вагоне»
- «Кто где живёт»
- «Где чей домик?»
- «Зелёный, жёлтый, красный»
- «Необычные фигуры»
- «Блоки Дьенеша», «Палочки Кюизенера»
- «Мозаика», «Пазлы»

3 БЛОК РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ

Задачи:

- ✓ Стимулировать речевое творчество детей, развивать монологические формы речи.
- ✓ Обогащать словарь детей за счёт расширения представлений о явлениях социальной жизни, о взаимоотношениях и характерах людей.
- ✓ Поддерживать интерес к рассказыванию по собственной инициативе.
- ✓ Развивать умение замечать и доброжелательно исправлять ошибки в речи сверстников.
- ✓ Способствовать развитию понимания литературного текста в единстве его смыслового и эмоционального подтекста.

Артикуляционная гимнастика:

Игровые упражнения по книге Нищевой Н.В. «Весёлая артикуляционная гимнастика»:

утро – фронтально со всеми детьми

2-я половина дня – индивидуально или по подгруппам.

Упражнение «Хоботок».

Вытягиваем губы вперед, как для поцелуя, держим в таком положении 3—5 секунд.

Возвращаем губы в спокойное положение. Даем ребенку время для отдыха и расслабления.

Предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.

Упражнение «Улыбка».

Широко разводим уголки губ, обнажив сжатые зубы. Возвращаем губы в спокойное

положение. Даем ребенку время для отдыха и расслабления. Предлагаем сглотнуть слюну.

Повторяем упражнение 3—4 раза.

Упражнение «Иголочка».

Широко открываем рот, приподнимаем и вытягиваем вперед тонкий язычок. Фиксируем положение на 3—5 секунд. Убираем язычок, закрываем рот. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.

Упражнение «Орешек».

При закрытом рте упираем напряженный кончик языка то в левую, то в правую щеку. Выполняем 6—8 раз. Затем даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.

Упражнение «Вкусный мед».

Широко открываем рот, острым кончиком языка проводим по верхней губе слева направо и обратно. Следим за тем, чтобы не двигалась нижняя челюсть. Выполняем 6—8 раз. Убираем язычок, закрываем рот. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.

Ознакомление с художественной литературой:

Песенки: «Я не тяткин сын»

«Как на масляной неделе...»

«Тин-тинка»

Стихи: Е. Серова «Гости»

Г. Демкина «Мама» (из кн. «Твоя мама»)

А. Барто «Игра в стадо»

Э. Успенский «Страшная история»

А. Шевченко «Гнёзда» (из кн. «В реке купались облака»)

Повести и рассказы: Н. Носов «Живая шляпа»

Л. Толстой «Косточка»

М. Майн «Пуговица»

О. Иваненко «Сосулька»

А. Плещеев «Уж тает снег...»

Л. Пантелеев «Большая стирка» (гл. из кн. «Рассказы о Белочке и Тamarочке»)

Сказки: Хаврошечка (обр. А.Н. Толстого)

Л. Чарская «Царевна – льдинка»

Г. Остер «Как лечить удава. Бабушка удава»

Ознакомление с художественной литературой по экологии:

- Г. Скребицкий «Прощай, Зима»
- В. Бианки «Март»
- Ф. Тютчев «Весенние воды»
- Н. Заболоцкий «Оттепель после метели»
- В. Корabelьников «Голубые потоки весны»
- М. Пришвин «Весна света и воды», «Земля показалась», «Первая песня воды»
- В. Маяковский «Тучкины штучки»
- Ф. Абрамов «На мартовском солнышке»
- Фольклор: поговорки и пословицы о марте

Связная речь:

- Придумывание сказки «Приключения зайца»
- Составление рассказа на тему «Что мне нравится в моём друге (моей подруге)»
- Пересказ рассказа Е. Чарушина «Лисята»
- Рассказывание по картине «Ежи»
- Придумывание историй о носовом платочке (кленовом листочке, палочке)

4 БЛОК

СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ

Задачи:

- ✓ Воспитывать доброжелательное отношение к людям, уважение к старшим, дружеские взаимоотношения со сверстниками.
- ✓ Развивать умение различать настроение и эмоциональное состояние окружающих людей и учитывать это в своём поведении.
- ✓ Воспитывать культуру поведения и общения, привычки сдерживать непосредственные эмоциональные побуждения, если они приносят неудобство окружающим.
- ✓ Развивать уверенность в себе, положительную самооценку.
- ✓ Воспитывать уважение и благодарность к людям, создающим своим трудом разнообразные материальные и культурные ценности, необходимые современному человеку для жизни.
- ✓ Обеспечивать развитие самостоятельности и инициативы в труде.
- ✓ Способствовать развитию позиции субъекта в продуктивных видах детского досуга.
- ✓ Формировать представления детей об основных источниках и видах опасности в быту, на улице, в природе и способах безопасного поведения.

Ситуации:

- Кто нас лечит
- Почта
- Что из чего сделано
- Какой букет цветов ты хотел(а) бы подарить маме, бабушке, сестре, малышу?
- Составление семейного альбома (Кто старше? Кто моложе? Кто самый пожилой?)
- Рассказывание воспитателем историй на моральные темы, придуманных или взятых из жизни.
- Как поздравить маму, бабушку?
- Поможем малышу одеться
- Мы приехали в город Москву, Санкт – Петербург
- Моя семья

Темы для общения:

- Кто обедал в птичьей столовой?
- Как мы спасли птицу
- Как мы сеяли овёс
- Как заваривать травяной чай
- Письмо больному другу
- Праздник 8 марта в нашей семье
- Мама дома, на работе, в свободное время
- Интервью у мам (с микрофоном)
- Забота о глазах
- Уход за ушами
- Какое у меня обоняние?
- Как я дышу?
- Как работает моё сердце?
- Ситуации агрессивного поведения незнакомых взрослых: Как я буду себя вести?

Труд в природе:

- уборка участка от опавших веток, уборка снега, скалывание льда
- уборка участка малышей
- разбрасывание снега для быстрого растаивания
- подкормка птиц.

Труд в уголке природы:

- Пересадка комнатных растений, уход
- Посев семян душистого горошка, бархатцев

Сюжетно/ролевые игры:

- Мы строим город
- Зоолечебница
- Почта, телеграф моего города
- Праздник 8 марта – дома
- Как мы поздравляли мам в детском саду

5 БЛОК**ХУДОЖЕСТВЕННО - ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ****Задачи:**

- ✓ Активизировать проявление эстетического отношения к окружающему миру.
- ✓ Развивать художественно – эстетическое восприятие, эмоциональный отклик на проявления красоты в окружающем мире, произведениях искусства и собственных творческих работах.
- ✓ Способствовать освоению эстетических оценок, суждений.
- ✓ Формировать опыт восприятия разнообразных эстетических объектов и произведений искусства
- ✓ Развивать эстетические интересы и предпочтения.
- ✓ Поддерживать у детей интерес к литературе, обогащать «читательский» опыт детей за счёт литературной прозы и поэзии.
- ✓ Воспитывать литературно – художественный вкус, способность понимать настроение произведения, чувствовать красоту, образность и выразительность языка сказок и рассказов.
- ✓ Поддерживать самостоятельность и инициативность детей в художественно – речевой деятельности на основе литературных текстов: пересказывать от лица литературного героя, выразительно рассказывать наизусть стихи и поэтические сказки.

Музыкально-театрализованная деятельность:

- Развлечение «Весёлый хоровод»
- Тематическое занятие по творчеству П. И. Чайковского
- Кукольный театр: Сказка «Зайкин дом»
- Викторина по сказкам К. Чуковского, С. Маршака, Ш. Перро. Инсценировка стихов С. Маршака
- Игра «Как мама наряжается» (пантомима)
- Фольклорные праздники. Здравствуй, весна!

Праздники, развлечения и досуги:

1 неделя – Весенний утренник, посвященный 8 марта

2 неделя – Викторина «Вежливость»

3 неделя – Фольклорные праздники. Здравствуй, весна!

4 неделя - Викторина по сказкам К. Чуковского, С. Маршака, Ш. Перро.

Выставки, конкурсы:

- ✓ Выставка детских рисунков «Мама – солнышко моё» (портреты мам)
- ✓ Конкурс на лучшую весеннюю поделку

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ:

Совместная деятельность:

- ✓ Оформление альбома «Мамины профессии»
- ✓ Стенгазета «Наши мамы»
- ✓ Оформление выставки поделок «Весна идёт!»

Темы информационных материалов для родителей:

- ✓ Консультация на тему: «Вежливость».
- ✓ Консультация на тему: «Вредные привычки. Игры в компьютер.»
- ✓ Папка «Март»

ОБОГАЩЕНИЕ И ИЗМЕНЕНИЕ РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ В ГРУППЕ:

✓ **Художественно- эстетическое развитие:**

- Внести репродукцию картины Саврасова «Грачи прилетели»
- Внести новые обводки, трафареты, раскраски (животные, цветы)
- Внести новые схемы по оригами (цветы)
- Подобрать изображения домашних животных (собака, кошка)
- Обновить схемы изображения животных
- Подобрать образцы вырезания цветов.

✓ **Социально-коммуникативное развитие:**

- Подобрать игрушки домашних животных
- Внести фигурки настольного театра по сказке «Кот в сапогах»
- Внести фонарик
- Выпуск фотогазеты «Мамин праздник»
- Подобрать иллюстрации на тему «Профессии»
- Изготовить схемы известных жестов.
- Приобрести книгу по изо «Оживи ладошку»
- Внести телефонный аппарат
- Подобрать иллюстрации «Дети поздравляют взрослых»

✓ **Познавательное развитие:**

- Обновить картинки с составом числа от 3 до 10
- Внести модель часов, песочные часы
- Приобрести линейки, изготовить шаблоны (условные мерки)
- Внести демонстрационную доску с разметкой «клеточка»
- Подобрать иллюстрации, открытки (Театр драмы, кукольный театр, музыкальный зал им.Скрябина)
- Подобрать иллюстрации (родник, колодец, колонка водопроводная, водопровод)

✓ **Физическое развитие:**

- Подобрать щетки для одежды, посуды, обуви, волос.
- Внести детскую и взрослую зубную щетку, в том числе разной жесткости
- Подобрать иллюстрации чистого, неубранного помещения
- Внести игру «Первая помощь»

✓ **Речевое развитие:**

- Подобрать сборник стихов для детей.
- Внести портреты детских поэтов: Барто, Михалков, Маршак
- Внести репродукцию картины Саврасова «Грачи прилетели»
- Внести игрушечный телефон

Изготовить карточки-схемы (повышение и понижение голоса; быстрый и медленный темп)

- Подобрать карточки на данный звук
- Изготовить коллаж на изучаемый звук
- Подобрать сюжетные картинки
- Оформить выставку книг А.Барто
- Подобрать портрет И.Федорова, изображение печатного станка, первой книги
- Подбор книг для выставки, выставка книжек самоделок
- Подобрать книги Г.Остер «Как лечить удава», «Бабушка удава»

