

ФЕВРАЛЬ МЕСЯЦ
перспективное планирование
1 БЛОК
ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

Задачи:

- ✓ Развивать умение осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (ОД, ОРУ, спортивных упражнений).
- ✓ Развивать творчество в двигательной активности.
- ✓ Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.
- ✓ Формировать представление о полезных привычках, укрепляющих здоровье.
- ✓ Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно – гигиенических навыков.
- ✓ Формировать осознанную потребность в физическом совершенствовании.

Комплексы утренней гимнастики

*№ 1 - комплекс «Кошкин дом» (по мотивам сказки С. Маршака)

*№ 2 - комплекс «Пожарные на учениях»

Комплекс гимнастики пробуждения /после дневного сна/:

***№ 1. Первая и вторая недели.**

Гимнастика в постели.

1. И.п.: лёжа на спине, руки вдоль туловища, поднять правую ногу (прямую), и.п., поднять левую ногу (прямую), и.п.
2. И.п.: лёжа на спине, руки перед собой «держат руль», «езда на велосипеде», и.п.
3. И.п.: лёжа на спине, руки вверху, поворот туловища вправо, не отрывая ступни от пола, и.п., поворот туловища влево, и.п.
4. И.п.: лёжа на спине, руки за головой, свести локти впереди (локти касаются друг друга) — выдох, и.п., локти касаются пола — вдох,
5. И.п.: сидя, ноги скрестно, руки на поясе, руки через стороны вверх — вдох, выдох.
6. И.п.: о.с., принять правильную осанку без зрительного контроля (глаза закрыты), повторить 3-4 раза.

Зарядка для глаз.

1. «Часики». И.п. – стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены, голова прямо. На раз – глаза вправо, на два – и.п., на три – глаза влево, на четыре – и.п. Повторить 8-10 раз.
2. И.п. то же. На раз – глаза вверх, на два – и.п., на три – глаза вниз, на четыре – и.п. Повторить 8-10 раз.
3. И.п. тоже . Выполняем круговые движения глазами слева направо и наоборот. Повторить по 3-4 раза в каждую сторону.
4. «Жмурки». И.п. то же. На раз – глаза закрыли, на два – и.п., на три – подмигнули одним глазом, на четыре – другим глазом. Повторить 8-10 раз.

Профилактика нарушений осанки.

1. И.п. – стоя, ноги вместе. Одна рука вверху, другая внизу. На раз – соединить руки сзади; на два, три, четыре, пять – держать, не расцепляя; на шесть – и.п. То же самое с другой руки. Повторить 6-8 раз.
2. И.п. – стоя, ноги вместе, руки на поясе. На раз – поднять согнутую ногу, на два – ногу выпрямить вперёд, руки развести в стороны, на три – ногу и руки сложить, на четыре – ногу опустить. Повторить 6-8 раз. (Выдерживать паузу,)
3. «Походи». Ходьба на месте 1-2 мин, сохраняя правильную осанку.

Профилактика плоскостопия.

Ходьба босиком по «комбинированной дорожке». (чередование канатной дорожки, ребристой доски, резинового коврика с шипами)

Дыхательная гимнастика.

1. Надуваем 3-4 раза воздушный шарик. Конкурс между детьми «У кого шарик больше?»
2. Попеременное дыхание через левую и правую ноздрю с выдохом через рот. Повторить 10-12 раз.
3. Глубокий вдох с задержкой дыхания и медленный выдохом.

4. Вдох через нос и интенсивный выдох через рот. При выдохе можно предложить детям сдуть с ладони перышко или кусочек бумаги, устроить соревнования.

Каждое упражнение повторить 10-12 раз.

Ходьба по «дорожке здоровья»

***№ 2. Третья, четвертая недели.**

Гимнастика в постели.

1. «Потягивание». И.п. – лежа на спине. Упражнение имитирует потягивание кошки: потянуться руками, ногами, наискосок рука-нога.

2. «Велосипед». И.п. – лежа на спине. Имитировать езду на велосипеде, стопами описывая круги. (20 сек.)

3. «Калачик». И.п. – лежа на спине. Подтянуть голову и бедра к груди («калачик») стараясь оставаться в этом положении как можно дольше (20 сек.)

Точечный массаж.

1. И.п. стоя, ноги свободно, потереть ладонь о ладонь (5-6 раз).

2. И.п. то же. Ладонями потереть щеки (5-6 раз).

3. И.п. то же. Потереть пальцами рук мочки ушей (5-6 раз).

4. И.п. тоже. Указательными пальцами рук потереть возле крыльев носа (5-6 раз).

5. И.п. то же. Указательными пальцами потереть надбровные дуги от переносицы к вискам (5-6 раз).

6. И.п. то же. Указательным пальцем слегка надавить ямку на подбородке и массировать круговыми движениями в одну сторону, потом в другую (5-6 раз в каждую сторону).

7. И.п. то же. Указательным пальцем одной руки найти точку на другой руке между большим и указательным пальцами и массировать. Сменить руку (5-6 раз).

Профилактика нарушений осанки.

Упражнение «Деревце». И.п. стоя, поставьте ноги вместе, стопы прижаты к полу, руки опущены, спина прямая. Сделайте спокойно вдох и выдох, плавно поднимите руки вверх. Держите их ладонями друг другу, пальцы вместе. Потянитесь вверх, представьте крепкое, сильное деревце. Высокий, стройный ствол тянется к солнцу. Организм, как дерево, наливается силой, бодростью, здоровьем. (Выполняется 15-20 сек.) Опустите руки и расслабьтесь.

Профилактика плоскостопия.

Ходьба босиком по корригирующим дорожкам («закаляемся и гуляем босиком по заснеженным дорожкам»).

Комплекс упражнений, проводимых в положении сидя на стульчиках («согреем замерзшие ножки после прогулки по снегу»):

- ноги вытянуть вперед, сжимать и разжимать пальцы на ногах;
- ноги вытянуть вперед, тянуть ноги то носками, то пятками;
- ноги вытянуть вперед и соединить, «рисовать» ногами в воздухе различные геометрические фигуры (круг, квадрат, треугольник);

ноги поставить всей ступней на пол, поднимать ноги на носки, максимально отрывая пятки от пола; из того же и.п.

поднимать вверх пальцы ног, не отрывая ступни от пола. Каждое упражнение повторить 6-8 раз.

Дыхательная гимнастика.

1. Надуваем 3-4 раза воздушный шарик. Конкурс между детьми «У кого шарик больше?».

2. Попеременное дыхание через левую и правую ноздрю с выдохом через рот. Повторить 10-12 раз.

3. Глубокий вдох с задержкой дыхания и медленный выдохом.

4. Вдох через нос и интенсивный выдох через рот. При выдохе можно предложить детям сдуть с ладони перышко или кусочек бумаги, устроить соревнования.

Каждое упражнение повторить 10-12 раз.

Ходьба по «дорожке здоровья»

Подвижные игры и упражнения на месяц:

название	О.Д.	примечания
П/и «Зима и лето»	бег	новая
П/и «Тройки»	бег	новая
П/и «Хоккеисты»	бег, ведение шайбы	новая
П/и «Мышеловка»	Внимание, быстрота реакции, ходьба, бег	закрепление
И/у «Хоккей»	ведение шайбы	закрепление
И/у «Сбей кеглю»	Катание мяча, бег	закрепление
Перетяжки	действия с предметами (канат)	закрепление
Найди себе пару	внимание, быстрота реакции игра малой подвижности	закрепление
Сделай фигуру	внимание, перестроение игра малой подвижности	закрепление

Пальчиковая гимнастика:

«Апельсин», «Семья», «Бабушка», «Замок», «У оленя дом большой», «Стирка»

«Бойцы»

Пальцы эти – все бойцы. *(растопырить пальцы на обеих руках)*

Удалые молодцы. *(сжать их в кулак)*

Два больших и крепких малых *(приподнять два больших пальца)*

И солдат в боях бывалых. *(другие крепко прижать к столу)*

Два гвардейца – храбреца! *(приподнять указательные пальцы)*

Два сметливых молодца! *(другие крепко прижать к столу)*

Два героя безымянных, *(приподнять средние пальцы)*

Но в работе очень рьяных! *(другие крепко прижать к столу)*

Два мизинца – коротышки *(приподнять безымянные пальцы)*

– Очень славные мальчишки! *(хлопнуть в ладоши)*

«Солдаты»

Для солдата строго норма: *(показать два пальца в "рогатке")*

Всегда выглаженная форма. *(сжать руки в кулак оттопырив большой палец "класс")*

В руки взял Арсений пультак, *("Прошагать" пальцами по коленям)*

Посмотреть хотел он мультяк *(хлопнуть в ладоши)*

У пограничников есть пост, *(плотно сжатые пальцы рук приложить к вискам)*

Под охраной у них мост. *(ладони плотно прижаты друг к другу, "развести" в мост)*

«Сегодня праздник всех отцов»

Сегодня праздник всех отцов, *(сжимают и разжимают пальцы)*

Всех сыновей, всех кто готов, *(хлопают в ладоши)*

Свой дом и маму защитить, *(из ладошек делают «домик», руки прикладывают к сердцу)*

Всех нас от бед отгородить! *(жимают и разжимают пальцы)*

«Капитан»

Я плыву на лодке белой *(концы пальцев направить вперед, прижать руки ладонями)*

По волнам с жемчужной пеной. *(друг к другу, слегка приоткрыв)*

Я - отважный капитан, *(проговаривая стихок, показывать, как лодка)*

Мне не страшен ураган. *(качается на волнах, а затем плавными движениями рук)*

Чайки белые кружатся, *(сами волны, потом по тексту)*

Тоже ветра не боятся. *(стиха показать чайку, скрестив руки, соединив)*

Лишь пугает птичий крик *(ладони тыльной стороной и помахать)*

Стайку золотистых рыб. *(пальцами, сжатыми вместе)*

И, объездив чудо-страны, *(выпрямленными ладонями с пальцами,)*

Посмотрев на океаны, *(прижатыми друг к другу изобразить рыбок.)*

Путешественник-герой, *(плавными движениями ладоней показать)*

К маме я вернусь домой. *(как рыбы плывут в воде)*

2 БЛОК

ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

Задачи:

- ✓ Развивать интерес к самостоятельному познанию объектов окружающего мира в его разнообразных проявлениях и простейших зависимостях.
- ✓ Развивать 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, гендерных отличиях, социальных и профессиональных ролях.
- ✓ Поддерживать стремление узнавать о других народах мира.
- ✓ Воспитывать эмоционально – ценностное отношение к окружающему миру (природе, людям).

Наблюдения:

- Продолжение наблюдений за солнцем (поднимается всё выше, становится всё ярче, теплее, на солнечной стороне появляются проталины; увеличение длины светового дня в зависимости от высоты солнца).
- За небом (облака светлее; долго не темнеет, хотя луна появляется).
- За снежным покровом (на солнечной стороне появляются сосульки).
- За ветром.
- За повадками птиц на участке (корм, следы, голоса, способ передвижения).
- За комнатными растениями, ростом лука и корнеплодов, за срезанными ветками деревьев и кустарников.

Опыты и экспериментальная деятельность:

- Необходимость влаги для роста растений (посев и проращивание семян).
- Необходимость света для роста растений (два одинаковых растения в тёмном и светлом месте).
- Необходимость тепла для распускания срезанных веток.
- Таяние и замерзание воды (скорость таяния в зависимости от температуры).
- «Как услышать воздух»
- Существование света и тени: 1) измерение тени взрослого и ребёнка;
2) солнечные «зайчики» в тени и на свету.

Экологические Дидактические игры и упражнения:

- «Угадай, чей дом»
- «Да и нет»
- «Летает – не летает»
- «Узнай растение»
- «Найди, что опишу»
- «Найдите и покормите зимующих птиц»
- «Отгадай, сколько шагов (от дерева до дерева)»
- «Разведчики»
- «Так бывает или нет?»

Дидактические игры и упражнения:

- Игры на воссоздание фигур из специальных наборов.
- «Монгольская игра»
- «Кубики для всех»
- «Необычные фигуры»
- «Сколько вместе?»
- «Блоки Дьенеша», «Палочки Кюизенера»
- «Мозаика», «Пазлы»

3 БЛОК РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ

Задачи:

- ✓ Стимулировать речевое творчество детей.
- ✓ Обогащать представления детей о правилах речевого этикета.
- ✓ Обогащать словарь детей за счёт расширения представлений 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.

Широко и спокойно открываем и закрываем рот. Повторяем упражнение 3—5 раз. Даем ребенку время для отдыха и расслабления. Предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем 3 - 4 раза.

Упражнение «Маятник».

Открываем рот, растягиваем губы в улыбку, вытягиваем язык, напрягаем его, касаемся острым кончиком языка то левого, то правого уголков губ. Следим, чтобы язык двигался по воздуху, а не по нижней губе, чтобы не качалась 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.

Упражнение «Котенок лакает молоко».

Широко открываем рот, делаем 4—5 движений широким языком, как бы лакая молоко.

Закрываем рот. Убираем язычок. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение.

Упражнение «Лопата».

Широко открываем рот. Кладем мягкий спокойный язычок на нижнюю губу. Задерживаем на 3—5 секунд. Убираем язычок. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.

Ознакомление с художественной литературой:

Песенки: «Ом, который построил Джек» (англ., пер. С. Маршака)

Заклички: «Грачи-киричи», «Уж ты, пташечка, ты залётная»

Прибаутки: «Федул, что губы надул?..», «Сбил, сколотил – вот колесо...»

Стихи: С. Есенин «Белая берёза»

С. Маршак «Почта»

Э. Успенский «Если был бы я девчёнкой»

Д. Хармс «Весёлый старичок», «Зимний разговор через форточку»

Повести и рассказы: С. Алексеев «Первый ночной таран»

Л. Коваль «Алый»

Н. Павлова «Луковица с радостью», «Самая зимостойкая яблоня»

Е. Трутнева «Морозный ветер»

В. Бианки «Синичкин календарь»

Сказки: Ш. Перро «Мальчик-с-пальчик»

Н. Носов «Бобик в гостях у Барбоса»

Г. Сапгир «Небылицы в лицах»

С. Козлов «Доверчивый ёжик»

Ознакомление с художественной литературой по экологии:

- В. Волина «Последний месяц зимы»
- Л. Дьяконов «Февральская сказка»
- В. Бианки «Месяц дотерпи до весны», «Невтерпёж», «Кому законы не писаны»
- Е. Кохан «Сутроб»
- З. Александрова «До свидания, зима»
- Г. Скребицкий «На пороге весны»
- С. Маршак «Зебры», «Жираф»
- Р. Киплинг «Слонёнок»
- С. Егоров «Жираф»
- Е. Котенова «Кенгуру»
- Е. Серова «Крокодил»
- Б. Заходер «Слон», «Страус»
- Б. Житков «Про слона», «Про обезьянку»
- В. Дуров «Мои звери»
- В. Чаплина «Кинули», «Фомка белый медвежонок»
- Фольклор: февральские народные приметы; загадки о зиме; поговорки

Связная речь:

- Придумывание рассказа по рисунку сверстника.
- Составление рассказа на тему «Моя любимая игрушка».
- Пересказ сказки «Лиса и кувшин»
- Рассказывание по картине «Северные олени»
- Составление рассказа из личного опыта: «Как мы заботимся о малышах»

4 БЛОК

СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ

Задачи:

- ✓ Воспитывать доброжелательное отношение к людям, дружеские взаимоотношения со сверстниками, заботливое отношение к малышам.
- ✓ Развивать умение различать настроение и эмоциональное состояние окружающих людей и учитывать это в своём поведении.
- ✓ Воспитывать культуру поведения и общения, привычки следовать правилам культуры.
- ✓ Развивать уверенность в себе, чувство собственного достоинства, осознание роста своих возможностей и стремление к новым достижениям.
- ✓ Воспитывать уважение и благодарность к людям, создающим своим трудом разнообразные материальные и культурные ценности, необходимые современному человеку для жизни.
- ✓ Расширять диапазон обязанностей в элементарной трудовой деятельности по самообслуживанию, хозяйственно-бытовому, ручному труду и конструированию, труду в природе в объёме возрастных возможностей.
- ✓ Способствовать развитию творческих способностей.
- ✓ Формировать представления детей об основных источниках и видах опасности в быту, на улице, в природе и способах безопасного поведения.

Ситуации:

- Путешествие по маршруту добрых чувств (поступки, отношения).
- Где я живу.
- Новоселье в городской квартире.
- Мои друзья.
- Что делают солдаты.
- Строим дом.
- Мы плывём на корабле.
- Я отправляю письмо другу.

Темы для общения:

- Я живу в городе, деревне...
- Мой папа военный.
- За что я люблю цирк.

Труд в уголке природы:

- уход за комнатными растениями (выбор способа ухода, ориентируясь на сигнальные признаки);
- посадка лукович тюльпанов, нарциссов для высадки в грунт.

Труд в природе:

- сооружение снежных построек;
- разбрасывание песка на скользкие дорожки (помощь дворнику);
- стряхивание снега с кустов;
- подкормка птиц.

Сюжетно/ролевые игры:

- Семья.
- Цирк.
- Путешествие с приключениями (на суше и на воде).
- Пограничники.
- Мы – художники.

Уроки вежливости и этикета:

- Если тебе позвонил по телефону незнакомый человек...
- Если тебе позвонил друг...
- Если я позвоню тебе, как ты будешь разговаривать со мной?
- Если ты звонишь по телефону, что ты говоришь?

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.
- ✓ Развивать представления о жанрово – видовом разнообразии искусства.
- ✓ Развивать эстетические интересы и предпочтения.
- ✓ Поддерживать у детей интерес к литературе, обогащать «читательский» опыт детей за счёт более сложных жанров фольклора.
- ✓ Воспитывать литературно – художественный вкус, способность понимать настроение произведения, чувствовать музыкальность, звучность, ритмичность поэтических текстов.
- ✓ 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:**Праздники, развлечения и досуги:**

1 неделя – Выставка детских рисунков «Друзья спорта»

2 неделя – Викторина «Юные путешественники»

3 неделя – Музыкально – физкультурный досуг «23 февраля – День защитника отчества»

4 неделя - Физкультурный досуг «Эстафеты с санками» (на улице с санками)

Выставки, конкурсы:

- ✓ Выставка детских рисунков «Друзья спорта»
- ✓ Конкурс на лучшую снежную скульптуру (фото)

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ:

Совместная деятельность:

- ✓ Построение снежных скульптур на участке
- ✓ Оформление альбома «Наша армия»
- ✓ Стенгазета «Наши папы»

Темы информационных материалов для родителей:

- ✓ Консультация на тему: «Телефон, планшет. Польза и вред.»
- ✓ Консультация на тему: «Вредные привычки»
- ✓ Папка «Февраль»

ОБОГАЩЕНИЕ И ИЗМЕНЕНИЕ РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ В ГРУППЕ:

✓ **Художественно- эстетическое развитие:**

Пополнить фонотеку детскими танцевальными и песенными мелодиями на тему «Наша армия»

Внести репродукцию картины Грабаря «Февральская лазурь»

Внести новые обводки, трафареты (животные Севера, жарких стран), раскраски

Внести новые схемы по оригами (лиса, волк, дома)

Внести альбом «Городец»

✓ **Социально-коммуникативное развитие:**

Внести д/и «Из чего сделаны предметы»

Внести новые атрибуты для игры «Больница» (скальпель, зажим, вата, бинт)

Внести иллюстрации военных (разные рода войск) фуражки, погоды, карты

Внести плоскостной театр и шапочки –маски к сказке «Лиса и волк»

Внести новые схемы построек (мебель в квартире)

Внести лупу, увеличительное стекло

Подобрать иллюстрации общественных мест (театр, кафе, библиотека, метро)

Подобрать иллюстрации, где дети помогают взрослым

Внести альбом «Наша армия», набор солдатиков (разные рода войск)

✓ **Познавательное развитие:**

Внести альбом «Животные жарких и холодных стран»

Обновить иллюстрации о зиме

Изготовить макет «Пустыня»; модель «Признаки животных»

Внести энциклопедию «Животные Севера», «Животные жарких стран»

Приобрести наборы животных для игры

Поместить ветки березы, ивы, тополя, сирени в воду, поставить в тень и на солнце

Внести репродукцию картины Шишкина «Зима», Грабаря «Февральская лазурь»

✓ **Физическое развитие:**

Сделать альбом «Зимние виды спорта»

Подобрать иллюстрации разных видов спорта. Внести н\и «Спортсмены»

Подобрать иллюстрации катающихся на лыжах людей

Подобрать иллюстрации больного и здорового ребенка, рисунки вируса и микроба

✓ **Речевое развитие:** внести книгу «Синичкин календарь» В. Бианки.

