

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 379 Краснооктябрьского района Волгограда»

ПЛАН ПРОГРАММА

кружка «По тропинке за здоровьем»

Руководитель: Русскова С.В.

СЕНТЯБРЬ

1 НЕДЕЛЯ

Тема: «Первое путешествие»

Цель:

1. Учить наблюдать за осенними явлениями, сравненно состояния трав и деревьев в период ранней осени, отмечать состояние погоды.
2. Продолжать формировать представления о жизни природы ранней осенью
3. Развивать умение рассуждать.
4. Воспитывать доброжелательность к обитателям природы.

Основные движения:

- Ходьба и бег в разном темпе, построение, ходьба приставным шагом, бег галопом.
- прыжки на двух ногах на месте с продвижением вперёд;
- подлезание
- п/и «Найди цветок»
- п/и «Пролой дерево»
- «Не замочи ног».

2 НЕДЕЛЯ

Тема: «Лесными тропами».

Цель:

1. Продолжать формировать у детей умение самостоятельно выделять первые признаки ранней осени.
2. Закреплять знания по ознакомлению с деревьями - берёза, ель.
3. Продолжать учить детей видеть красоту деревьев в разное время года;
4. Воспитывать желание по доброму относиться к природе, уметь сочувствовать, и переживать.

Основные движения:

- Ходьба на носках, в приседе, широким шагом, с закрытыми глазами.
- бег галопом (прямо, боком, змейкой)
- прыжки с поворотом вправо, влево.
- Влезание на дерево;
- п/и «Найди дерево»
- п/и «Иди на звонок»

3 НЕДЕЛЯ

Тема: «В гости к каштану»

Цель:

1. Научить замечать изменения происходящие в природе ранней осенью, называть цвет листьев, наблюдать за деревьями.
2. Продолжать развитие мыслительных навыков в ходе сравнения деревьев - берёзы, ели, каштана.
3. Формировать представление о характерных признаках каштана (листья, плоды).
4. Воспитывать гуманное, экологически целесообразное отношение детей к природе.

Основные движения

- Ходьба на носках, с высоким подниманием коленей, в приседе, полуприседе.
- Бег галопом
- метание в цель
- п/и «Добрые слова»

4 НЕДЕЛЯ

Тема: «В гости к осени».

Цель:

1. Формировать представление о первом периоде осени как времени года (стало холоднее, цветов становится меньше, созрели овощи и плоды).
2. Развивать умственную и речевую активность, предлагая описать плоды (рябина, семена клёна, крылатка).
3. Способствовать развитию интереса к живой природе.

Основные движения:

- Ходьба на носках, в приседе, в полуприседе;
- бег галопом;
- прыжки вверх с доставанием ветки дерева, в длину, через препятствия;
- метание в цель
- п/и «Найди такое дерево»
- п/и «Мишень»

Автоматизация: Русскова С.В. ТМЗ

ОКТАБРЬ

1 НЕДЕЛЯ

Тема: «Осенняя клумба»

Цель:

1. Закрепить представление о растениях в осеннее время, о классификации растений на клумбе.
2. Развивать способность наблюдать, устанавливать простейшие причинно-следственные связи.
3. Воспитывать любознательность, бережное и заботливое отношение.

Основные движения:

- Ходьба широким шагом в приседе, в полуприседе, с высоким подниманием колен;
- бег змейкой, с кружением
- прыжки на месте на двух ногах, с поворотом.
- метание владь и в цель
- и. «Меткий стрелок»
- «Найди предмет»

2 НЕДЕЛЯ

Тема: «Природа осенью».

Цель:

1. Продолжать формирование представлений о втором периоде осени - «золотая осень». (дальнейшее похолодание, расцвечивание листьев, первые заморозки).
2. Закрепить представление о принособлении растений к осенним изменениям (листья желтеют и опадают).
3. Учить детей логично отвечать на поставленный вопрос.
4. Познакомить детей с трудом взрослого на участке детского сада по уходу за растениями осенью.
5. Продолжать воспитывать любовь и уважение к природе.

Основные движения:

- Ходьба парами в приседе, полуприседе, широким шагом;
- бег с кружением и остановкой;
- прыжки вверх;
- подлезание;
- лазание
- свободные игры

3 НЕДЕЛЯ

Тема: «Листопад в природе»

Цель:

1. Закрепить представление детей о золотом периоде осени, понимать от чего происходит листопад.
2. Учить устанавливать связи между изменениями в жизни растений.
3. Развивать память детей, воображение.
4. Воспитывать у детей умение любоваться осенью природой, чувствовать её красоту.

Основные движения:

- Ходьба в приседе, в полуприседе, на носках, с закрытыми глазами;
- бег галопом, с кружением на месте, змейкой;
- прыжки на месте на двух и одной ноге, вверх из приседа с доставанием ветки дерева, с двойным поворотом;

4 НЕДЕЛЯ

Тема: «В гости к ели и сосне»

Цель:

1. Продолжать формировать у детей представления о состоянии растений осенью.
2. Продолжать знакомить детей с хвойными растениями.
3. Научить сравнивать хвойные растения между собой. Учить распознавать сосну и ель по общему виду, веточкам, шишкам и т.д.
4. Воспитывать любовь и уважение к природе.

Основные движения:

- Ходьба широким и мелким шагом в разных направлениях;
- след в след
- прыжки в длину
- метание в цель
- и/и «Большое и маленькое ноги»
- и/и «Кто дальше»
- и/и «Прыжки в цель»

Н О Я Б Р Ъ

1 НЕДЕЛЯ

Тема: «Белая берёзонька».

Цель:

1. Закрепить знания детей о деревьях (берёза).
2. Продолжать учить анализировать, делить выводы;
3. Воспитывать в детях чувство симпатии к родной природе.

Основные движения:

- Ходьба змейкой, шагом, по кругу, приставным шагом, с высоким подниманием колен, широким шагом
- бег с лоплей
- прыжки
- п/и «Берёзонька выручай»
- п/и «Парашютист»

2 НЕДЕЛЯ

Тема: «Ноздняя осень».

Цель:

1. Закрепить представление о последнем периоде осени. Ноябрь - это ворота зимы (дождь, идёт часто со снегом; средняя температура становится ниже, дует холодный ветер).
2. Учить детей выделять характерные признаки поздней осени: облетели листья, пожелла трава.
3. Продолжать развивать умение анализировать, обобщать, сравнивать, делать выводы, развивать доказательную речь.
4. Продолжать воспитание бережного отношения к природе.

Основные движения:

- Ходьба парами в приседе, полуприседе, широким шагом;
- прыжки на месте с поворотом
- метание в даль, в цель
- подлезание
- п/и «С какой ветки дётик»
- п/и «Кто мячик бросит»

3 НЕДЕЛЯ

Тема: «В гости к тололо»

Цель:

1. Обобщить и систематизировать знания детей об осени (поздняя осень) -
2. Учить устанавливать связи между продолжительностью дня, температурой воздуха, состоянием растений
3. Развивать творческое воображение
4. Воспитывать бережное отношение к природе

Основные движения:

- Ходьба след в след, широким шагом, приставным
- бег - медленный, змейкой
- прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперёд
- п/и «Дети и волк»
- п/и «Разведчики»

Основные движения:

- Ходьба с высоким подниманием колен, в приседе
- бег на месте, змейкой
- прыжки на месте
- упр-е «Полушнные листья»
- упр-е «Что я слышу»
- самостоятельная деятельность детей

4 НЕДЕЛЯ

Тема: «Проводы осени»

Цель:

1. Обобщить и систематизировать знания детей об осени (постепенно дни становятся короче, холоднее, часто идут дожди, приостанавливается рост растений, трава увядает, листья опали, исчезли насекомые, улетели птицы)
2. учить детей выделять характерные признаки основных периодов сезона и рассказывать об этом
3. воспитывать бережное отношение к природе.

ДЕКАБРЬ

1 НЕДЕЛЯ	2 НЕДЕЛЯ	3 НЕДЕЛЯ	4 НЕДЕЛЯ
<p>Тема: «Лесными тропами»</p> <p>Цель:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сформировать представление о зиме, как времени года 2. научить детей подмечать характерные признаки зимних явлений в живой и неживой природе 3. Способствовать воспитанию любви к родной природе. <p>Основные движения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ходьба по снегу след в след • бег с ловлей • скольжение по ледяным дорожкам • п/и «След в след» • п/и «Пайди по следу» • п/и «Волк и зайцы» 	<p>Тема: «Природа зимой»</p> <p>Цель:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сформировать представление о зиме, как времени года 2. научить детей подмечать характерные признаки зимних явлений в природе 3. Способствовать воспитанию любви к родной природе. <p>Основные движения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ходьба с высоким подниманием коленей, широким и приставным шагом, след в след, с закрытыми глазами • бег медленный, паперетонки, змейкой • прыжки на месте • катание с горки • п/и «След в след» • п/и «Пройди прямо» • п/и «Точный прыжок» • п/и «Кто быстрее» 	<p>Тема: «В лесу родилась ёлочка»</p> <p>Цель:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Познакомить с зимними явлениями в жизни природы 2. закрепить знания детей о хвойных деревьях 3. развивать способность наблюдать, описывать, устанавливать простейшие причинно-следственные связи 4. Воспитывать бережное отношение к природе. <p>Основные движения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ходьба след в след, широким шагом, приставным • бег - медленный, с высоким подниманием колен, змейкой • прыжки через препятствие • п/и «Метелица» • п/и «Вьюга» 	<p>Тема: «В гости к деду Морозу»</p> <p>Цель:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Закрепить представление о следах зверей и птиц на снегу 2. учить определять по следу животных и птиц 3. воспитывать заботливое отношение к животным в зимнее время, воспитывать чувство сопереживания. <p>Основные движения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ходьба след в след, широким шагом, приставным, с высоким подниманием колен • бег галопом друг за другом и тройками

Воспитатель: Русенкова С.В. Тус

ЯНВАРЬ

1 НЕДЕЛЯ

Тема: «Зимушка - зима»

Цель:

1. Продолжать знакомить детей с зимними явлениями в жизни природы
2. закреплять знания о деревьях
3. развивать способность наблюдать, описывать
4. учить детей замечать следы на снегу и оттаивать кому они принадлежат
5. продолжать воспитывать любознательность и бережное отношение к природе.

Основные движения:

- Ходьба с высоким подниманием коленей, широким и приставным шагом, след в след, с закрытыми глазами
- бег змейкой
- прыжки на месте
- п/м «Каштоходец»
- п/м «Перепрыгни через вал»

2 НЕДЕЛЯ

Тема: «Санный поезд».

Цель:

1. Продолжать формировать представление о зиме как времени года
2. продолжать учить замечать характерные признаки и явления в природе
3. закреплять знания об основных свойствах снега
4. активизировать и обогащать словарный запас
5. продолжать воспитывать любовь к природе

Основные движения:

- Ходьба и бег с санками
- прыжки на месте
- катание с горки
- п/м «Санный круг»
- п/м «Санный поезд»
- п/м «Катание с горки»

3 НЕДЕЛЯ

Тема: «Узелки на память»

Цель:

1. Закрепить знания о характерных признаках зимы
2. Научить активности при оттаивании загарок
3. уточнить и расширить представления детей о приспособлении животных к зимним условиям
4. продолжать развивать способность наблюдать, описывать знакомые деревья зимой
5. воспитывать стремление помогать животным и птицам зимой.

Основные движения:

- Ходьба и бег с высоким подниманием колен, широким приставным шагом, спиной вперед, с закрытыми глазами
- прыжки с продвижением вперед, в стороны, с поворотами, вверх, в длину с места, с разбега, метание в цель, в даль.

4 НЕДЕЛЯ

Тема: «Зимушка - зима»

Цель:

1. Расширить представление детей о характерных признаках зимы
2. учить находить признаки самостоятельно
3. продолжать учить анализировать, сравнивать, делать выводы
4. развивать способность к наблюдению
5. продолжать знакомить детей с трудом людей в зимнее время года
6. продолжать воспитывать любовь к природе

Основные движения:

- Ходьба в парах со сменой ведущих
- бег змейкой
- прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед
- метание в цель
- упр-я и игры по желанию детей

ФЕВРАЛЬ

1 НЕДЕЛЯ

Тема: «Птицы и животные зимой»

Цель:

1. Закрепить представления детей о жизни некоторых птиц и животных зимой (заяц, лось, белка), среде обитания, питания, особенностях жизни.
2. Продолжать учить детей отвечать на вопросы полными ответами, правильно произносить звуки, отгадывать загадки.
3. Способствовать воспитанию заботливого отношения к обитателям природы.

Основные движения:

- Игры и упражнения: протоптывание тропинок, «кто в домике живёт», бег след в след
- прыжки с поворотами вверх, в длину с места
- метание снежков вдаль.

2 НЕДЕЛЯ

Тема: «Цветы зимой».

Цель:

1. Познакомить детей с разнообразными декоративных растений, цветущих зимой
2. Воспитывать желание ухаживать за растениями.

Основные движения:

Ходьба в парах, в колонне, со сменой ведущего, широким и приставным шагом, в разном темпе.

3 НЕДЕЛЯ

Тема: «Следопыты»

Цель:

1. Рассказать детям о жизни некоторых животных зимой в лесу (заяц, белка, лиса), об их приспособительских особенностях, чем питаются.
2. Учить устанавливать связи между особенностями поведения и условиями среды обитания.
3. Продолжать учить детей определять следы на снегу.
4. Воспитывать стремление помогать птицам и животным зимой.

Основные движения:

- Ходьба в приседе, в полуприседе, приставным шагом
- бег широким шагом, галопом, след в след
- прыжки с продвижением вперёд, в стороны, с поворотами, вверх, в длину с места, с разбега.
- прыжки по желанию детей.

4 НЕДЕЛЯ

Тема: «Как много интересного зимой»

Цель:

1. Сформировать обобщённое представление детей о зиме, состоянии неживой природы.
2. Продолжать развивать познавательную активность детей.
3. Учить устанавливать причинно-следственные связи
4. Воспитывать желание оказывать помощь животным и птицам зимой, позитивное отношение к зиме.

Основные движения:

- Ходьба и бег с высоким подниманием колен
- метание в цель, вдаль
- п/м «К дереву бегу»
- п/м «Найди свой домик»

МАРТ

1 НЕДЕЛЯ

Тема: «Первые вестники весны»
Цель:

1. Закрепить у детей представление о весенних изменениях в природе (день становится длиннее, а ночь - короче, солнце греет, снег стал рыхлый, тёмный, появились сосульки, оттепель, первые лужи)
2. Научить детей видеть зависимость между погодой и таянием снега, сравнить погоду зимой и в начале весны.
3. Вызвать желание любоваться красотой родной природы.

Основные движения:

- Ходьба с высоким подниманием колен, след в след, широким шагом
- бег на носках, след в след, змейкой
- прыжки с поворотом, боком
- п/и «К дереву - бегги»
- п/и «Прятки»
- п/и «Лесные тропинки»

2 НЕДЕЛЯ

Тема: «Берёзы тоже плачут».
Цель:

1. Научить узнавать деревья, описывать их.
2. Дать характеристику берёзе, учить бережному отношению к природе.
3. Формировать навыки правильного поведения в природе
4. Продолжать воспитывать любовь и бережное отношение к родной природе.

Основные движения:

- Ходьба в полуприседе, приседе, широким шагом, в разных направлениях
- бег с захлестом, змейкой
- прыжки на месте, вверх, в стороны.
- игры и упр-я «Пыльцетая тропинка»
- свободные игры детей

3 НЕДЕЛЯ

Тема: «Ранняя весна в природе»
Цель:

1. Продолжать формировать у детей представление о марте как месяце пробуждения природы.
2. Развивать умение замечать нарастающие изменения в неживой природе: увеличение светодня, появление проталин, капели, кучевых облаков, увеличение количества ясных дней.
3. Продолжать воспитывать любовь и бережное отношение к природе.

Основные движения:

- Ходьба в приседе, полуприседе, широким широким шагом
- прыжки на носках, змейкой
- подпрыгивание до ветки дерева, прыжки через ручейки
- п/и «Что мы видим»
- п/и «Что такое»
- п/и «Состязание»

4 НЕДЕЛЯ

Тема: «Хвойные деревья»
Цель:

1. Закрепить представление о весне, её признаках.
2. Учить находить эти признаки самостоятельно.
3. Формировать любознательность, умение наблюдать, сравнивать хвойные деревья от лиственных, знать отличительные признаки.
4. Продолжать воспитывать любовь и бережное отношение к природе.

Основные движения:

- Ходьба с высоким подниманием В полуприседе, широким шагом, приставным шагом.
- бег след в след, змейкой
- прыжки в длину с места
- метание в цель
- п/и «сто дольше»
- п/и «Меткий стрелок»

АПРЕЛЬ

1 НЕДЕЛЯ

Тема: «Грачи прилетели»
 Цель:
 1. Дать детям представление о птицах (строении, особенностях поведения).
 2. Научить группировать их по определённым признакам.
 3. Способствовать развитию познавательных интересов.
 4. Воспитывать стремление помогать птицам.

Основные движения:

- Ходьба в разных построях, широким, приставным шагом
- бег с высоким подниманием колен
- прыжки на двух ногах на месте с продвижением вперёд, вверх с места
- упр-е «Ганец грачей»
- упр-е «Грачи строят гнёзда»

2 НЕДЕЛЯ

Тема: «Весна в городе»
 Цель:
 1. Познакомить детей с весенними явлениями в природе: ярко светит солнце, начинается сокодвижение у деревьев, зацветают первоцветы, набухают почки.
 2. Научить детей анализировать, сравнивать, делать выводы о некоторых взаимосвязях в природе (грест солнце - стало теплее, зацветают цветы).
 3. Воспитывать любовь и бережное отношение к природе.

Основные движения:

- Ходьба парами, в колонне, упражнения в прыжках,
- лазанье по лестнице на спортивной площадке
- п/и «Кто быстрее»

3 НЕДЕЛЯ

Тема: «В природу за тишиной»
 Цель:
 1. Расширить представление детей о характерных признаках весны.
 2. Продолжать учить детей находить признаки весны самостоятельно.
 3. Развивать умение сравнивать, анализировать, делать выводы.

Дать представление о том, что тишина важна для здоровья человека, учить создавать тишину.

5. Воспитывать бережное отношение к природе.

Основные движения:

- Различные виды ходьбы и бега
- прыжки в длину и высоту с места и с разбега
- п/и «Грошика ловкостью»
- п/и «Потерянный предмет»
- п/и «Часовой»

4 НЕДЕЛЯ

Тема: «Золотой луг»
 Цель:
 1. Закрепить знания о весенних изменениях в живой и неживой природе: голаяние насекомых, травы, одуванчиков.
 2. Продолжать учить бережному отношению к природе.
 3. Продолжать учить устанавливать простейшие причинно-следственные связи.

Основные движения:

- Ходьба на носках, пятках, с высоким подниманием колен, в полуприседе, в приседе, широким шагом
- бег на носках, спиной вперёд, с закрытыми глазами.
- прыжки на двух ногах
- п/и «ветерок и одуванчики»
- п/и «Пчела и одуванчики»

Формиателъ: Руссова С.В.

775

МАЙ

1 НЕДЕЛЯ

Тема: «Птицы в мае»

Цель:

1. Обобщить и систематизировать знания детей о жизни птиц весной.
2. Учить устанавливать связи между прилётом птиц и наличием корма.
3. Познакомить детей с устройством птиц, созданием гнёзд, заботой о птенцах.
4. Формировать гуманное отношение к птицам.

Основные движения:

- Ходьба в приседе, приставным шагом, с высоким подниманием коленей
- бег на носках, с кружением
- прыжки на двух ногах и на месте с поворотом
- п/и «Птицы выют гнёзда»
- п/и «Птицы и кукушка»

2 НЕДЕЛЯ

Тема: «Весеннее пробуждение природы»

Цель:

1. Расширить представление детей о характерных признаках весны.
2. Учить находить эти признаки самостоятельно.
3. Закрепить знания о деревьях, кустарниках, травах.
4. Продолжать воспитывать любознательность, бережное отношение к природе.

Основные движения:

- Ходьба на носках, пятках, широким шагом, с закрытыми глазами
- бег на носках, галопом
- прыжки в длину и высоту с разбега
- упр-е «Что мы видим»
- «п/и «К дереву – беги»

3 НЕДЕЛЯ

Тема: «Деревья в природе»

Цель:

1. Продолжить учить детей узнавать деревья, описывать их.
2. Закрепить знания о берёзе и других знакомых деревьях.
3. Воспитывать бережное отношение к природе.
4. Формировать любознательность, умение наблюдать и рассказывать о своих впечатлениях.

Основные движения:

- Ходьба на носках, в приседе, полуприседе, приставным шагом
- бег на носках широким шагом, змейкой
- прыжки вверх
- метание в цель
- п/и «Что там далеко»
- упр-е «Послушаем тишину»

4 НЕДЕЛЯ

Выполнила: Русскова С.В. 709