

Календарно-тематическое планирование старшая группа (5-6лет)

Месяц: март

Тема месяца: «К нам весна шагает быстрыми шагами, и сугробы тают под ее ногами. Черные проталины на полях видны. Видно очень теплые ноги у весны!»

Неделя	Задачи	Вводная часть	ОРУ	ОВД	Подвижная игра	Заключительная часть
1 неделя «Ой ты зимушка-зима! Не морозь уж ты меня! Ярче солнце согревай! Зимушка-зима, прощай!»	Учить ходьбе по канату с мешочком на голове; согласовывать упражнения в парах; упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять знания о зиме и весне.	Построение в шеренгу, приветствие, ходьба в колонне по одному с выполнением различных упражнений для рук, ходьба и бег между предметами.	Без предметов в парах	-ходьба по канату боком с мешочком на голове; -прыжки через обруч «лужа» 60см; -прыжки с высоты 30см.	«Гори, гори ясно!»	Игра с массажным мячиком «Ежик»
	Учить перебрасывать меча друг другу с отскока через пол; закреплять ходьбу по канату с мешочком на голове; согласовывать упражнения в парах.	Построение в шеренгу, приветствие, ходьба в колонне по одному с выполнением различных упражнений для рук, ходьба и бег между предметами.	Без предметов в парах	-ходьба по канату боком с мешочком на голове; -прыжки через обруч «лужу» 60см; -прыжки с высоты 30см; -перебрасывание меча друг другу с отскока через пол.	«Гори, гори ясно!»	Упражнение на релаксацию «Сотвори в себе солнце»
	Учить лазать по гимнастической лестнице с переходом на другой пролет; упражнять в прыжках через «ручеек», закреплять строевые упражнения.	Ходьба с остановкой на сигнал, легкий бег	Без предмета	- прыжки через «ручеек» (начерченные на земле две линии); -лазание по гимнастической лестнице с переходом на другой пролет; -запрыгивание на бордюр 20см на двух ногах.	«Хитря лиса»	Строевые упражнения

<p style="text-align: center;">2 неделя</p> <p style="text-align: center;">«Весенний праздник на дворе-весельи, теплый самый. Нам улыбается светло и бабушке и маме»</p>	<p>Учить метанию мешочков правой и левой рукой в цель (стойка 1метр высотой); упражнять в ходьбе и беге колоне по одному с поворотом по сигналу; упражнять в ползание на животе на гимнастической скамейке хват с боку.</p>	<p>Построение в шеренгу, приветствие, ходьба мелким и широким шагом, ходьба и бег в колоне по одному с поворотом по сигналу, бег с высоким подниманием коленей «цирковые лошадки».</p>	<p>На гимнастической скамейке</p>	<p>-метание мешочков правой и левой рукой в цель (стойка); -ползание на животе на гимнастической скамейке хват с боку; -прыжок с высоты с разбега 30см.</p>	<p>«Ловишка с ленточкой»</p>	<p>Речевая игра «Назови ласковое слово маме»</p>
	<p>Учить прыжкам в длину с места; закреплять ползание на животе на гимнастической скамейке хват с боку; упражнять в метании мешочков в цель, бег с высоким подниманием колена «цирковые лошадки».</p>	<p>Построение в шеренгу, приветствие, ходьба мелким и широким шагом, ходьба и бег в колоне по одному с поворотом по сигналу, бег с высоким подниманием колена «цирковые лошадки».</p>	<p>На гимнастической скамейке</p>	<p>- прыжок в длину с места; -ползание на животе на гимнастической скамейке хват с боку; - метание мешочков правой и левой рукой в цель (стойки).</p>	<p>«Ловишка с ленточкой»</p>	<p>Речевая игра «Мама для меня...»</p>
	<p><i>Учить ходить по бревну на встречу друг другу; закрепить лазать по гимнастической лестнице с переходом на другой пролет; упражнять в прыжках через «ручеек».</i></p>	<p><i>Ходьба с остановкой на сигнал, ходьба перекатом с пятки на носок, легкий бег</i></p>	<p><i>Без предметов</i></p>	<p><i>-ходьба по бревну навстречу друг другу; -лазание по гимнастической лестнице с переходом на другой пролет; -прыжки через «ручеек».</i></p>	<p><i>«Хитрая лиса»</i></p>	<p><i>Самостоятельная деятельность на спортивной площадке</i></p>
<p style="text-align: center;">3 неделя</p> <p style="text-align: center;">«Пахнет в поле воздух чистый в безмятежной тишине. Песни птицы голосистой раздаются в вышине»</p>	<p>Учить упражнение на пресс лежа на полу; совершенствовать перестроение из одной колонны в несколько; упражнять в прыжках через скакалку; упражнять в ползание под дугой прокатывая мяч головой.</p>	<p>Построение в шеренгу, приветствие, перестроение в 2 шеренги, ходьба в колоне по одному с выполнением различных упражнений для рук.</p>	<p>Со скакалкой</p>	<p>- упражнения на пресс на полу; - прыжки через короткую скакалку; -ползание под дугой прокатывая мяч головой.</p>	<p>«Журавушка»</p>	<p>Пальчиковая гимнастика «С крыжи капает капель...»</p>
	<p>Учит отбивать мяч одной рукой «змейкой»; закрепить упражнение на пресс лежа на полу; совершенствовать перестроение из одной колонны в несколько; упражнять в прыжках через скакалку.</p>	<p>Построение в шеренгу, ходьба в колоне по одному с выполнением различных упражнений для рук, легкий бег.</p>	<p>Со скакалкой</p>	<p>- отбивания мяча одной рукой «змейкой»; -прыжки через короткую скакалку; - упражнения на пресс на полу.</p>	<p>«Журавушка»</p>	<p>Игра малой подвижности «Весенняя поляна»</p>

	<i>Учить имитировать и подражать полету птиц; упражнять в подъеме и спуск по лестнице, в прыжках в длину.</i>	<i>Ходьба с остановкой на сигнал, ходьба с имитацией повадок животных, легкий бег</i>	<i>Без предметов</i>	<i>Сюжетные задания «Грачи прилетели»: -«перелет через горы» подъем и спуск по лестнице; -«грачи перелетают через реки моря» прыжки в длину; - ходьба и бег врассыпную с имитацией птиц.</i>	<i>«Перелет птиц»</i>	<i>Сбор спортивного инвентаря</i>
4 неделя «Если снег повсюду тает, день становится длинней, если все зазеленело и в полях звенит ручей, если солнце ярче светит, если птицам не до сна, если стал теплее ветер, значит к нам пришла весна»	<i>Учить наклоны туловища, стоя на гимнастической скамейке; совершенствовать в ведении мяча одной рукой с продвижением; упражнять в прыжках через обруч, закрепить знания опризнаках весны.</i>	<i>Построение в шеренгу, приветствие, ходьба в колонне по одному чередуя на носочках и пятках, бег врассыпную с заданием.</i>	<i>Без предметов</i>	<i>-наклон туловища на гимнастической скамейке; -ведение мяча одной рукой с продвижением; -прыжки через обруч 60см.</i>	<i>Русско-народная игра «Идет Матушка Весна»</i>	<i>Массаж «Солнышко»</i>
	<i>Учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу;развивать интерес к эстафетам; упражнять в прыжках с продвижением вперед; воспитывать чувства взаимопомощи.</i>	<i>Построение в шеренгу, приветствие, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, бег врассыпную с заданием, бег со сменой направляющего.</i>	<i>Без предметов</i>	<i>Весенние эстафеты: -«Через лужи» с обручами; -«Солнышко» с мячом; -«Собери подснежники» с погремушками.</i>	<i>-</i>	<i>Дыхательная гимнастика «Весенний ветерок»</i>
	<i>Учить висеть на турнике как можно дольше и спрыгивать, соблюдая правила безопасности;закреплять подъем и спуск по лестнице, в прыжках в длину, упражняться в ходьбе со сменой темпа и направления.</i>	<i>Ходьба с высоким подниманием колен, со сменой темпа движения и направления, легкий бег.</i>	<i>Без предметов</i>	<i>-висение на турнике; -«перелет через горы» подъем и спуск по лестнице; -«грачи перелетают через реки моря» прыжки в длину; - ходьба и бег врассыпную с имитацией птиц.</i>	<i>«Ручеек»</i>	<i>Сбор спортивного инвентаря</i>

**Третье занятие на свежем воздухе.*