

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 15 Курортного района Санкт – Петербурга

---

197720, Санкт-Петербург, г. Зеленогорск, улица Мира, д.14, строение 1

ПРИНЯТО

Педагогическом совете Государственного  
бюджетного дошкольного  
образовательного учреждения детский сад  
№ 15 Курортного района Санкт-  
Петербурга

Протокол № 05 от 26.05.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Государственного бюджетного дошкольного  
образовательного учреждения детский сад №  
15 Курортного района Санкт-Петербурга

\_\_\_\_\_ О.А. Панчихина

Приказ 37-03/21-0 от 26.05.2021г.

**ПЛАН  
ЛЕТНЕЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ  
ВОСПИТАННИКОВ 3-7 лет  
2021 год**

2021

План оздоровительной работы на летний период времени.

	<b>Группа раннего возраста</b>	<b>Общеразвивающая разновозрастная группа</b>
<b>Июнь</b>	<p><b>Задачи:</b></p> <p>1) Упражнять в прыжках в длину с места, в умении действовать с мячом; развивать потребность в двигательной активности через упражнения с мячом.</p> <p>2) Закреплять упражнение в бросании вдаль из-за головы и в прыжках через предметы; развивать координацию движений, ориентировку в пространстве; приобщать детей к здоровому образу жизни.</p> <p>3) Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках в длину с места; развивать ловкость в задании с мячом; упражнять в ползании; способствовать развитию глазомера; координации движений и чувства равновесия.</p> <p>4) Развивать координацию движений, чувство равновесия, крупную и мелкую моторику, умение ориентироваться в пространстве.</p> <p><b>Формы работы с детьми:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Физкультурные занятия на свежем воздухе</li> <li>• Физкультурный досуг «Здравствуй, лето»</li> <li>• Утренняя гимнастика</li> </ul>	<p><b>Задачи:</b></p> <p>1) Упражнять в равновесии и прыжках; закреплять умение быстро перестраиваться, равняться в колонне; развивать ловкость, смекалку, ориентировку в пространстве, умение соблюдать правила игры</p> <p>2) Упражнять в ходе со сменой ведущего, прыжки с препятствием и метание мешочков вдаль; развивать ловкость при метании на дальность, быстроту реакции; закреплять умение согласовывать игровые действия со словами.</p> <p>3) Упражнять в прокатывании мячей друг другу, прыжках на одной ноге; развивать быстроту действий, ловкость, глазомер; воспитывать у детей выдержку, положительные черты характера: смелость, выносливость.</p> <p>4) Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры, мягком приземлении при выполнении прыжков; развивать ловкость, быстроту реакции; совершенствовать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>Формы работы с детьми:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Физкультурные занятия на свежем воздухе</li> <li>• Физкультурный досуг «Здравствуй, лето»</li> <li>• Утренняя гимнастика</li> </ul>
<b>Июль</b>	<p><b>Задачи:</b></p> <p>1) Закреплять умение прыгать; упражнять в бросании и ловле мяча; развивать внимание,</p>	<p><b>Задачи:</b></p> <p>1) Упражнять в бросании и ловле мяча, прыжках между предметами; приобщать к</p>

	<p>слуховое восприятие, творческое мышлении.</p> <p>2) Повторить прыжок в длину с места, метание в горизонтальную цель; формировать начальные представления о здоровом образе жизни; развивать умение действовать по сигналу, согласовывать движения со зрительным сигналом.</p> <p>3) Закрепить упражнение в метании правой и левой рукой; повторить упражнение в катании мяча по прямой; развивать умение выполнять движения по сигналу, двигаться в коллективе, не толкаясь.</p> <p>4) Упражнять в прыжках в длину с места, в умении действовать с мячом; способствовать обогащению двигательного опыта; воспитывать дружеские взаимоотношения; развивать умение согласовывать действия с другими детьми.</p> <p><b>Формы работы с детьми:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Физкультурные занятия на свежем воздухе</li> <li>• Физкультурный досуг «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»</li> <li>• Утренняя гимнастика</li> </ul>	<p>здоровому образу жизни; развивать координацию движений, ловкость.</p> <p>2) Упражнять в прыжках в длину с места, перебрасывании и ловле мяча; воспитывать интерес и потребность к занятиям физической культурой.</p> <p>3) Упражнять в прыжках на двух ногах и лазанье под дугу в группировке; воспитывать чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимоуважения; развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.</p> <p>4) Отрабатывать навыки действовать с мячом; упражнять в метании на дальность; развивать силу, ловкость и быстроту.</p> <p><b>Формы работы с детьми:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Физкультурные занятия на свежем воздухе</li> <li>• Физкультурный досуг «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»</li> <li>• Утренняя гимнастика</li> </ul>
<p><b>Август</b></p>	<p><b>Задачи:</b></p> <p>1) Упражнять в прыжках из обруча в обруч, в бросании мяча вверх, ловле и сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; формировать у детей потребность в двигательной активности и стремление к физическому совершенствованию.</p> <p>2) Повторить упражнения в прокатывании и бросании мяча,</p>	<p><b>Задачи:</b></p> <p>1) Закрепить упражнение в прокатывании обруча, прыжках; развивать внимание при выполнении заданий в ходьбе и беге, ловкость и координацию движений.</p> <p>2) Упражнять в прыжках, метании, бросании и ловле мяча; развивать внимание при выполнении заданий</p>

	<p>прыжках в длину с места; развивать физические качества (скоростные, силовые, координацию движений)</p> <p>3) Повторить упражнение в ползании под шнур, не касаясь руками пола, прыжки с продвижением вперед, прокатывание мячей; способствовать формированию умения отражать игровые действия и имитировать действия персонажей, передавать несложные эмоциональные состояния персонажей; развивать умение согласовывать действия с другими детьми.</p> <p>4) Развивать умение действовать с другими детьми; способствовать формированию умения отражать некоторые игровые действия и имитировать действия персонажей, передавать несложные эмоциональные состояния персонажей.</p> <p><b>Формы работы с детьми:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Физкультурные занятия на свежем воздухе</li> <li>• Утренняя гимнастика</li> </ul>	<p>3) Повторить упражнение в бросках мяча от пола; развивать глазомер; приобщать к здоровому образу жизни; содействовать гармоничному физическому развитию детей.</p> <p>Упражнять в прокатывании мяча друг другу, подбрасывании и ловле; совершенствовать прыжки поочередно на правой и левой ноге; развивать умение ориентироваться в пространстве, ловкость, выносливость, силу; повторить упражнение в равновесии; содействовать гармоничному физическому развитию детей.</p> <p><b>Формы работы с детьми:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Физкультурные занятия на свежем воздухе</li> <li>• Утренняя гимнастика</li> </ul>
--	--	---