**Образовательная область « Физическая культура» Перспективное планирование Вторая младшая группа**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Предмет | Тема и цели занятий 1-й недели | | Тема и цели занятий 2-й недели | Тема и цели занятий 3-й недели | Тема и цели занятий 4-й недели |
| **1** | **2** | | **3** | **4** | **5** |
| **Сентябрь** | Тема | Занятия 1-2 | Занятия *3-4* | Занятие 5-6 | Занятие 7-8 |
| Цель | Приучать детей ходить и бегать небольшими группа­ми за воспитателем. Учить ходить между двумя линиями, сохраняя равно­весие.  *Подвижная игра* «Бегите ко мне» | Учить:  -ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем;  - подпрыгивать на двух ногах на месте.  *Подвижная игра* «Догони меня» | Ознакомить детей с ходь­бой и бегом в колонне не­большими группами. Учить энергично отталки­вать мяч двумя руками. *Подвижная игра* «Мой весе­лый, звонкий мяч», *малопод­вижные игры* «Найди мяч», «Надуй мяч» | Учить:  - ходить и бегать колонной по одному всем составом группы;  - подлезать под шнур. *Подвижная игра* «Найди свой домик» |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | | **3** | **4** | **5** |
| **Октябрь** | Тема | Занятия 1-2 | Занятия 3-4 | Занятие 5-6 | Занятие 7-8 |
| Цель | Учить:  - ходить и бегать по кругу;  - сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ог­раниченной площади. Упражнять в подпрыгива­нии на двух ногах на месте. *Подвижная игра* «Поезд», *малоподвижная игра* «Угадай, кто кричит?» | Учить:  - во время ходьбы и бега ос­танавливаться на сигнал вос­питателя;  - при перепрыгивании при­земляться на полусогнутые ноги.  Упражнять в прокатыва­нии мячей.  *Подвижная игра* «У медведя во бору» | Учить:  -останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу вос­питателя;  -подлезать под шнур. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади.  *Подвижная игра* «Бежать к флажку», *малоподвижная игра* «Угадай, чей голосок?» | Закреплять умение ходить и бегать по кругу. Учить энергичному отталки­ванию мяча при прокатывании друг другу.  Упражнять в ползании на четвереньках. *Подвижная игра* «Мыши в кладовой» |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ноябрь** | Тема | Занятия 1-2 | Занятия 3-4 | Занятие 5-6 | Занятие 7-8 |
| Цель | Упражнять в ходьбе и беге. Учить:  -сохранять равновесие  в ходьбе по уменьшенной пло­щади;  -мягко приземляться в прыж­ках.  *Подвижная игра* «Мыши в кладовой», *малоподвижная игра* «Где спрятался мышо­нок?» | Упражнять:  -в ходьбе колонной по одному;  -в прыжках из обруча в об­руч  -в прокатыва­нии мяча. Учить приземляться на по­лусогнутые ноги. *Подвижная игра* «Трамвай» | Упражнять:  -в ходьбе колонной по од­ному;  - ловить мяч, брошенный вос­питателем и обратно;  -ползать на четвереньках | Закреплять умение подле­зать под дугу на четвереньках. Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади.  *Подвижная игра* «Найди свой домик» |
| **Декабрь** | Тема | Занятия 1-2 | Занятия 3-4 | Занятие 5-6 | Занятие 7-8 |
| Цель | Учить:  -ходить и бегать врассыпную, используя всю площадь зала;  -сохранять устойчивое рав­новесие при ходьбе по доске, в прыжках. | Учить:  -ходить и бегать по кругу;  -мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча. | Учить:  -ходить и бегать врассыпную;  -катать мяч друг другу, вы­держивая направление;  -подползать под дугу. | Учить:  -ходить и бегать по кругу;  -подлезать под шнур, не каса­ясь руками;  -сохранять равновесие при ходьбе по доске. |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги. *Подвижная игра* «Наседка и цыплята», *малоподвижная игра* «Лошадки» | *Подвижная игра* «Поезд» | *Подвижная игра* «Птички и птенчики» | *Подвижная игра* «Воробышки и кот», *малоподвижная игра* «Каравай» |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Январь** | Тема | Занятия 1-2 | Занятия 3-4 | Занятие 5-6 | Занятие 7-8 |
| Цель | Познакомить:  -с перестроением и ходьбой парами;  -сохранять устойчивое рав­новесие при ходьбе по доске. Упражнять в прыжках, продвигаясь вперед. *Подвижная игра* «Кролики» | Учить:  -ходить и бегать врассыпную при спрыгивании;  -мягкому приземлению на полусогнутые ноги;  -прокатывать мяч вокруг предмета.  *Подвижные игры* «Трамвай», «Мой веселый, звонкий мяч», «Угадай, кто кричит?» | Упражнять:  -в ходьбе парами и беге врассыпную;  -прокатывать мяч друг д ругу;  -подлезать под дугу, не каса­ясь руками пола. *Подвижная игра* «Найди свой цвет» | Упражнять:  -в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя;  -подлезать под шнур, не каса­ясь руками пола. Формировать правильную осанку при ходьбе по доске. *Подвижная игра* «Мыши  в кладовой» |
| **Февраль** | Тема | Занятия 1-2 | Занятия 3-4 | Занятие 5-6 | Занятие 7-8 |
| Цель | Упражнять:  -в ходьбе и беге врассыпную;  - прыжках из обруча в обруч. Учить ходить переменными шагами через шнур. *Подвижная игра* «Птички  в гнездышке» | Упражнять:  -в ходьбе и беге колонной по одному, выполняя задания;  - прокатывании мяча друг другу.  Учить приземляться на по­лусогнутые ноги при спрыги­вании.  *Подвижная игра* «Воробышки и кот» | Упражнять:  -в ходьбе переменным шагом через шнуры;  -в беге врассыпную;  -бросать мяч через шнур;  -подлезать под шнуром, не касаясь руками пола. *Подвижная игра* «Найди свой цвет», *малоподвижная игра* «Угадай, кто кричит?» | Упражнять:  -в ходьбе колонной по одно­му, выполняя задания;  -в беге врассыпную;  -пролезать в обруч, не касаясь руками пола;  -сохранять равновесие при ходьбе по доске. *Подвижная игра* «Кролики» |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Тема | Занятия 1-2 | Занятия 3-4 | Занятие 5-6 | Занятие 7-8 | |
| Цель | Учить:  - ходить и бегать по кругу; | Упражнять в ходьбе и беге парами и беге врассыпную. | Упражнять:  - в ходьбе и беге по кругу; | Упражнять: - в ходьбе парами; | |
| **1** | **2** | | **3** | **4** | **5** |
| **Март** |  | -сохранять устойчивое рав­новесие при ходьбе по умень­шенной площади;  -мягко приземляться в прыж­ках с продвижением вперед.  *П/ игра* « Лохматый пёс» | Познакомить с прыжками в длину с места. Учить прокатывать мяч ме­жду предметами  *Подвижная игра* « Найди свой цвет», « Мыши в кладовой» | - в ползании по скамейке на ладонях и коленях. Учить бросать мяч о землю и ловить двумя руками.  *П/и* « Птички в гнёздышках», «Зайка серый умывается» | -в беге врассыпную;  -в ходьбе с перешагиванием через брусок.  Учить правильному хвату руками за рейки при влезании на наклонную лестницу |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Апрель** | Тема | Занятия 1-2 | Занятия 3-4 | Занятие 5-6 | Занятие 7-8 |
| Цель | Упражнять:  -в ходьбе и беге с остановкой по сигналу,  -сохранять устойчивое рав­новесие при ходьбе на повы­шенной опоре;  -в прыжках в длину с места *Подвижная игра* «Курочка- хохлатка», *малоподвижная игра* «Где цыпленок?» | Упражнять:  -ходить колонной по одному;  -бегать врассыпную;  -в прыжках с места. Продолжать учить при­земляться одновременно  на обе ноги, упражнять в бро­сании мяча о пол. *Подвижная игра* «Найди свой цвет», *малоподвижная игра* «Пройди тихо» | Упражнять:  -ходить и бегать врассыпную;  -бросать мяч вверх и ловить его двумя руками;  -ползать по доске. *Подвижная игра* «Мыши  в кладовой», *малоподвижная игра* «Где спрятался мышо­нок?» | Упражнять:  -в ходьбе и беге колонной по одному;  -влезать на наклонную ле­сенку;  -в ходьбе по доске, формируя правильную осанку. *Подвижная игра* «Воробушки и автомобиль» |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Тема | Занятия 1-2 | Занятия 3-4 | Занятие 5-6 | Занятие 7-8 |
| Цель | Упражнять:  - ходить и бегать по кругу;  - сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре;  - в перепрыгивании через шнур.  *Подвижная игра* «Мыши в кладовой», *малоподвижная игра* «Найди цыпленка» | Упражнять:  - ходить и бегать врассыпную;  - в подбрасывании мяча;  - учить приземляться на но­ сочки в прыжках в длину  с места.  *Подвижная игра* «Огуречик, огуречик», *малоподвижная игра* «Угадай, кто позвал» | Упражнять:  - ходить колонной по одному, выполняя задания по сигналу;  - бегать врассыпную;  - учить подбрасывать мяч вверх и ловить его;  - в ползании по скамейке на ладонях и коленях. *Подвижная игра* «Воробышки икот» | Упражнять:  - в ходьбе, отрабатывая пере­ менный шаг и координацию движений, и беге врассыпную;  - в равновесии.  Закреплять умение влезать на наклонную лесенку, не про­пуская реек.  *Подвижная игра* «Найди свой цвет», *малоподвижная игра* «Каравай» |