|  |
| --- |
| **Муниципальное дошкольное образовательное учреждение №21 «Ласточка» ЯМР** |
| **комплексно-тематическое планирование НОД по физической культуре** |
| Группа младшего дошкольного возраста  |
|  |
|  |
| **2019-2020гг.** |

|  |
| --- |
|  |

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ**

Планирование занятий по физическому воспитанию дошкольников второй младшей группы отвечает следующим программным требованиям:

* продолжать работу по укреплению и охране здоровья детей, создавать условия для формирования правильной осанки, формирования и совершенствования умений и навыков в основных видах движений на занятиях и вне их, воспитания гигие­нических навыков;
* совершенствовать пространственную ориентировку детей;
* поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях;
* способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

**К концу года дети могут:**

* Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; выполнять задания воспитателя: остановиться, присесть, по­вернуться.
* Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, соблюдать темп бега в соответствии с указанием воспитателя.
* Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.
* Ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
* Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см.
* Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.
* Уметь выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии.

 **СЕНТЯБРЬ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя****«Овощи»** | **4-я неделя****«Фрукты»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками. |
| **Вводная часть** | Развивать ориентировку в пространстве, при ходьбе в разных направлениях; учить ходить по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие; прыжки на двух ногах на месте; умение действовать по сигналу воспитателя. |
| **ОРУ** | Без предметовЛ. И. Пензулаева стр. 23 | Без предметовЛ. И. Пензулаева стр. 24 | С мячомЛ. И. Пензулаева стр. 25 | С кубикомЛ. И. Пензулаева стр. 26 |
| **Основные виды движений** |  Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (ширина – 25см). | Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза). | Прокатывание мячей. | Ползание с опорой на ладони и колени. |
| **Подвижные игры** | «Бегите ко мне»,«Пойдём в гости» | «Птички» | «Кот и воробышки» | «Быстро в домик» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Ходьба стайкой за воспитателем в обход зала». | «Найдем птичку» | «Сорви яблоко» | «Найдем жучка» |

**ОКТЯБРЬ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«Ягоды»** | **2-я неделя****«Грибы»** | **3-я неделя****«Осень»** | **4-я неделя****«Деревья»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду. |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба врассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках |
| **ОРУ** | Без предметовЛ. И. Пензулаева стр. 28 | Без предметовЛ. И. Пензулаева стр.29 | С осенними листочкамиЛ. И. Пензулаева стр. 30 | На стульчикахЛ. И. Пензулаева стр. 31-32 |
| **Основные виды движений** | 1.Упражнения в сохранении равновесия «Пойдем по мостику»;2. Прыжки. | 1. Прыжки из обруча в обруч;2. Прокатывание мяча друг другу (игра «Прокати мяч»)43. бег по залу в разных направлениях. | 1 Прокатывание мячей в прямом направлении;2. Ползание между предметами не задевая их | 1Ползание «Крокодильчики» (ползание под перекладиной поставленной на высоте 50 см. от пола);3. Упражнение в равновесии «Пробеги - не задень»  |
| **Подвижные игры** | «Догони мяч» | «Ловкий шофер» | «Зайка серый умывается» | «Кот и воробушки» |
| **Малоподвиж-ные игры** | Ходьба в колонне по одному с мячом в руках. | «Машины поехали в гараж» | Ходьба с осенними листочками и положением рук: за спиной, в стороны, за головой | Имитация «Деревья икустарники» (низкий, высокий) |

 **НОЯБРЬ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1 - 2-я неделя****«Птицы»** | **3 - 4-я неделя****«Одежда»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков. |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал |
| **ОРУ** | С ленточкамиЛ. И. Пензулаева стр. 33 | С обручемЛ. И. Пензулаева стр. 34 | Без предметовЛ. И. Пензулаева стр. 36 | С флажкамиЛ. И. Пензулаева стр. 37 |
| **Основные виды движений** | 1 Упражнение в сохранении равновесия (ходьба в умеренном темпе сначала по одной доске, затем по другой, положенным параллельно друг другу (ш- 25 см., д- 2-3 м.));2. Прыжки на двух ногах «Воробышки»  | 1. Прыжки через «болото»;2. прокати мяч «точный пас»; | 1. Игровое задание с мячом «прокати – не задень» (между предметов);2. Игровое задание «проползи - не задень» (ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени) между предметами не задевая их.3. Игровое задание «быстрые жучки» (ползание). | 1. Игровое задание «Паучки» (ползание);2. Упражнение в сохранении равновесия. |
| **Подвижные игры** | «Птички» | «Кот и воробышки» | «По ровненькой дорожке» | «Поймай комара» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Найдем птичку» | «Где спрятался цыпленок»  |  «Назови одежду и обувь» (игры с мячом) | Ходьба в колонне по одному за комаром. |

 **ДЕКАБРЬ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1 - 2-я неделя****«Домашние животные и их детеныши»** | **3-я неделя****«Зима»** | **4-я неделя****«Новый год»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре. |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными врассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне |
| **ОРУ** | С кубикамиЛ. И. Пензулаева стр. 39 | С мячомЛ. И. Пензулаева стр. 40 | С кубикамиЛ. И. Пензулаева стр. 41 | На стульчикахЛ. И. Пензулаева стр. 42-43 |
| **Основные виды движений** | 1. Игровое упражнение в сохранении равновесия «Пройди не задень» (ходьба между кубиками);2. Игровое упражнение «Лягушки попрыгушки» (прыжки на двух ногах). | 1. Прыжки со скамейке (высота 20 см.) на мат. 2. Прокатывание мячей друг другу | 1. Прокатывание мяча между предметами, расположенными в 50-60 см. друг от друга;2. Ползание под дугу «Проползи – не задень» (высота 50 см.). | 1. Ползание подоске с опорой на ладони и колени (игровое упражнение « Жучки на бревнышке» );2. Упражнение в сохранении равновесии. Ходьба по доске в умеренном темпе боком приставным шагом (игровое упражнение «Пойдем по мостику») |
| **Подвижные игры** | «Коршун и птенчики» | «Котята и щенята» | «Снежинки-пушинки» | «Птица и птенчики» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Найдем птенчика» | «Кошечка крадется» | «Найдем Снегурочку» | «Найдем птенчика» |

**ЯНВАРЬ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя****«Обитатели уголка природы»** | **4-я/5-я неделя****«Комнатные растения»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремиться самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой. |
| **Вводная часть** | Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий |
| **ОРУ** | С платочкамиЛ. И. Пензулаева стр. 44 | С обручемЛ. И. Пензулаева стр. 45 | С кубикомЛ. И. Пензулаева стр. 46 | Без предметовЛ. И. Пензулаева стр. 47-48 |
| **Основные виды движений** | 1. упражнения в сохранении равновесия «Пройди не упади» (ходьба по доске ш-15 см. в умеренном темпе, свободно балансируя руками);2.прыжки на двух ногах с приземлением на полусогнутые ноги «Из ямки в ямку». | 1. прыжки на двух ногах между предметами, расположенными на расстоянии 50 см друг от друга;2. прокатывание мяча между предметами «Зайки -прыгуны». | 1. прокатывание мяча друг другу «Прокати – поймай»;2. ползание на четвереньках с опорой на ладони и стопы«Медвежата». | 1. ползание под дугу, не касаясь руками пола;2. упражнение в сохранении равновесия « По тропинке» (ходьба по доскам – «тропинкам», ширина – 20 см.), свободно балансируя руками.  |
| **Подвижные игры** | «Коршун и цыплята» | «Птица и птенчики» | «Найди свой цвет» | «лохматый пес» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Найдем птенчика». | Ходьба в колонне по одному | Ходьба в колонне по одному | «Цветочек»,(имитация «Как распускается цветочек») |

**ФЕВРАЛЬ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1 - 2-я неделя****«Наш детский сад»** | **3 - 4-я неделя****«Профессии»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу. |
| **Вводная часть** | Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег врассыпную с остановкой, перестроение в звенья |
| **ОРУ** | С кольцомЛ. И. Пензулаева стр. 50 | С малым обручемЛ. И. Пензулаева стр. 51 | С мячомЛ. И. Пензулаева стр. 52 | Без предметовЛ. И. Пензулаева стр.53 |
| **Основные виды движений** | 1. упражнения в сохранении равновесия «Перешагни не - наступи» (перешагивание через шнуры, расстояние между шнурами 30 см.);2. прыжки из обруча в обруч без паузы (игровые упражнения «С пенька на пенек»). | 1. прыжки на полусогнутых ногах «Веселые воробушки»;2. прокатывание мяча между предметами, подталкивая его двумя руками «Ловко и быстро!» | 1. бросание мяча через шнур двумя руками подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола; | 1. лазание под дугу в группировке «Под дугу»;2. упражнение в сохранении равновесии (ходьба по доске). |
| **Подвижные игры** | «Найди свой цвет» | «К куклам в гости» | «Воробушки и кот» | «Лягушки» |
| **Малоподвиж-ные игры** | Упражнения «Назови и покажи», (какие спортивные атрибуты есть в группе и как мы играем в них) | «По тропинке в лес».Ходьба в колонне по одному | «Доктора» | «Назови, кем работают родители» (игра с мячом) |

 **МАРТ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«Посуда + материалы для посуды»** | **2-я неделя****«Мамин праздник»** | **3 - 4-я неделя****«Весна»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения. |
| **Вводная часть** | Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три |
| **ОРУ** | С кубикомЛ. И. Пензулаева стр. 55 | Без предметовЛ. И. Пензулаева стр. 56 | С мячомЛ. И. Пензулаева стр. 57-58 | Без предметовЛ. И. Пензулаева стр. 58-59 |
| **Основные виды движений** | 1. ходьба по доске боком приставным шагом (игровое упражнение «Ровным шагом»);2. прыжки между предметами змейкой, продвигаясь вперед на двух ногах. | 1. прыжки в длину с места (игровое упражнение «В канавку»)2. катание мячей друг другу «Точно в руки» | 1. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками «Брось и поймай»;2. ползание по скамейке «Муравьишки». | 1. ползание не четвереньках в прямом направлении «Медвежата»;2. упражнение в сохранении равновесии (ходьба по гимнастической скамейке (высота – 25 см.) в умеренном темпе, свободно балансируя руками. |
| **Подвижные игры** | Эстафетная игра «Собери набор» | «Подарки» | «Зайка серый умывается» | «Солнечный зайчик» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Пузыри в стакане» | «Эхо» | «Найди зайку» | «Воздушный шар» |

**АПРЕЛЬ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1 - 2-я неделя****«Мама, папа, я – семья»** | **3-я неделя****«Наш поселок»** | **4-я/5 -я неделя****«Транспорт»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается по имени и отчеству. |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; врассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; врассыпную между предметами, не задевая их |
| **ОРУ** | На скамейке с кубикамиЛ. И. Пензулаева стр. 60 | С косичкой Л. И. Пензулаева стр. 61 | Без предметовЛ. И. Пензулаева стр. 62 | С обручемЛ. И. Пензулаева стр.63-64 |
| **Основные виды движений** | 1.упражнения в сохранении равновесия (ходьба боком приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 25 см.));2. прыжки на двух ногах через шнуры «Через канавку». | 1. прыжки из кружка в кружек с приземлением на полусогнутые ноги;2. прокатывание мячей «Точный пас» | 1. бросание мяча вверх и ловля его двумя руками;2. ползание по гимнастической скамейке «Медвежата». | 1. ползание на четвереньках между предметами (расстояние между ними 1 м.), не задевая их.2. упражнение в сохранении равновесии «По мостику» (ходьба по гимнастической скамейке свободно балансируя руками.  |
| **Подвижные игры** | «Тишина» | «По ровненькой дорожке» | «Мы потопаем ногами» | «Огуречик, огуречик» |
| **Малоподвиж-ные игры** | Пальчиковая гимнастика «Семья» | Пальчиковая гимнастика «Семья» | Ходьба в колонне по одному | «Поезд» |

**МАЙ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«Насекомые»** | **2-я неделя****«Цветы»** | **3 - 4-я неделя****«Лето»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, доброту, дружелюбие по отношению к окружающим. |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка» |
| **ОРУ** | С кольцом от кольцебросаЛ. И. Пензулаева стр.65 | С мячомЛ. И. Пензулаева стр. 66 | С флажкамиЛ. И. Пензулаева стр. 67 | Без предметовЛ. И. Пензулаева стр. 68 |
| **Основные виды движений** | 1. упражнения в сохранении равновесия (ходьба боком приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 30 см.));2. прыжки на двух ногах через шнуры (расстояние между ними 30-40см. | 1. прыжки со скамейке на полусогнутые ноги «Парашютисты»;2. прокатывание мяча друг другу. | 1. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками42. ползание по скамейке на четвереньках. | 1. лазание на наклонную лесенку;2. ходьба по доске руки на пояс |
| **Подвижные игры** | «Поймай комара» | «Воробышки и кот» | «Пятнашки с ленточками» | «У медведя во бору» |
| **Малоподвиж-ные игры** | Пальчиковая гимнастика «Семья» | «Давайте вместе с нами» | «Солнышко лучистое» | «Воздушный шар» |