|  |
| --- |
| **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 предметов  Л. И. Пензулаева стр. 23 | Без предметов  Л. И. Пензулаева стр. 24 | | С мячом  Л. И. Пензулаева стр. 25 | | С кубиком  Л. 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 предметов  Л. И. Пензулаева стр. 28 | Без предметов  Л. И. Пензулаева стр.29 | С осенними листочками  Л. И. Пензулаева стр. 30 | | На стульчиках  Л. 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»)4  3. 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 и  кустарники» (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 ленточками  Л. И. Пензулаева стр. 33 | С обручем  Л. И. Пензулаева стр. 34 | | Без предметов  Л. И. Пензулаева стр. 36 | С флажками  Л. 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 кубиками  Л. И. Пензулаева стр. 39 | С мячом  Л. И. Пензулаева стр. 40 | | С кубиками  Л. И. Пензулаева стр. 41 | На стульчиках  Л. 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 платочками  Л. И. Пензулаева стр. 44 | С обручем  Л. И. Пензулаева стр. 45 | С кубиком  Л. И. Пензулаева стр. 46 | | Без предметов  Л. 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 кольцом  Л. И. Пензулаева стр. 50 | С малым обручем  Л. И. Пензулаева стр. 51 | | С мячом  Л. И. Пензулаева стр. 52 | Без предметов  Л. 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 кубиком  Л. И. Пензулаева стр. 55 | Без предметов  Л. И. Пензулаева стр. 56 | С мячом  Л. И. Пензулаева стр. 57-58 | Без предметов  Л. 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 кубиками  Л. И. Пензулаева стр. 60 | С косичкой  Л. И. Пензулаева стр. 61 | Без предметов  Л. И. Пензулаева стр. 62 | | С обручем  Л. 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 кольцеброса  Л. И. Пензулаева стр.65 | С мячом  Л. И. Пензулаева стр. 66 | | С флажками  Л. И. Пензулаева стр. 67 | Без предметов  Л. 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 руками4  2. 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» |