

**КОМПЛЕКСНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
для младшей группы.**

СЕНТЯБРЬ

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|---|---|---|---|---|
| Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеют ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем, владеют основными видами движений. Умеют строиться в колонну по одному. | | | | | <p><i>Здоровье:</i> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр</p> <p><i>Безопасность:</i> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.</p> <p><i>Труд:</i> убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.</p> <p><i>Познание:</i> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения</p> |
| Вводная часть | Ходьба и бег враспынную, построение в одну колонну, ходьба и бег в колонне по одному, с выполнением заданий для рук. Построение в круг. | | | | |
| ОРУ | Без предметов | Без предметов | Без предметов | Без предметов | |
| Основные виды движений | 1. Ползание на четвереньках (4-6м.) "Пойдём как собачка" 2. Ходьба по прямой дорожке между линиями. Ширина 25 см. | 1. Ходьба по прямой дорожке (между двумя линиями). Ширина 25 см. 2. Катание мячей друг другу (расст. 1 м.) | 1. Прыжки на двух ногах на месте. 2. Бег между двумя линиями (ширина 20 см). | 1. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. 2. Ходьба и бег колонной по одному всем составом. | |
| Подвижные игры | "Бегите ко мне" | "Догони мяч" | "Догони мяч" | "Найди свой домик" | |
| Заключительная часть | Ходьба за воспитателем "пойдём тихо, как мыши" | Ходьба спокойная на носках "не разбуди собачку" | Ходьба стайкой за воспитателем. | Игра м/п "Найди курочку" | |

ОКТАБРЬ

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|--|---|--|--|---|
| Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений - ходьба, бег; при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги. Энергично отталкивают мяч при прокатывании друг другу.</p> | | | | | <p><i>Здоровье:</i> рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.</p> <p><i>Безопасность:</i> <i>Труд:</i> убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.</p> <p><i>Познание:</i> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения</p> |
| Вводная часть | Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой на сигнал воспитателя. Ходьба с выполнением заданий для рук (вверх, вниз, в стороны). Построение в круг. | | | | |
| ОРУ | С кубиками | С кубиками | Без предметов | Без предметов | |
| Основные виды движений | <p>1. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 25 см).</p> <p>2. Подпрыгивание на двух ногах на месте (под бубен) - "Достань до ленточки"</p> | <p>1. Перепрыгивание ч/з шнур, положенный на пол прямо, правым и левым боком.</p> <p>2. Катание мячей в прямом направлении.</p> | <p>1. Подлезание под шнур (высота 40-50 см), упираясь на предплечья и колени.</p> <p>2. Ходьба по ребристой доске.</p> | <p>1. Катание мячей друг другу сидя, ноги в стороны (расст. 1,5 м)</p> <p>2. Ползание в прямом направлении, упираясь на предплечья и колени.</p> | |
| Подвижные игры | "Поезд" | "Наседка и цыплята" | "Бегите к флажку" | "Зайцы и волк" | |
| Заключительная часть | Игра м/п "Угадай, кто кричит?" | Игра м/п "Найди курочку" | Игра м/п "Угадай, чей голосок?" | Ходьба в колонне по одному. | |

НОЯБРЬ

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|---|---|---|--|---|
| Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений -ходьба, бег, прыжки на двух ногах. Приземляются на полусогнутые ноги при спрыгивании с высоты, сохраняют равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> | | | | | <p><i>Здоровье:</i> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр</p> <p><i>Безопасность:</i> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.</p> <p><i>Труд:</i> убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.</p> <p><i>Коммуникация:</i> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.</p> |
| Вводная часть | Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную. Ходьба с выполнением упражнений для рук (вверх, вниз, в стороны). на носках, в высоком подниманием коленей. Перестроение в 3 звена. | | | | |
| ОРУ | Без предметов | Без предметов | С флажками | С флажками | |
| Основные виды движений | <p>1.Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 20 см).</p> <p>2. Прыжки на одной, на двух ногах, продвигаясь вперёд (расст.2 м).</p> | <p>1. Прыжки в обруч и из обруча.</p> <p>2. Прокатывание мячей в прямом направлении. (Дети катят мячи и бегут за ними).</p> | <p>1. Ловить мяч от воспитателя и бросать его обратно. (расст. 1,5 м).</p> <p>2.Ползание на четвереньках, переползая через препятствия.</p> | <p>Подлезание под дугу (высота 50см) на четвереньках.</p> <p>2.Ходьба и бег между двумя линиями.</p> | |
| Подвижные игры | "Найди свой домик" | "Трамвай" | "Наседка и цыплята" | "Зайцы и волк" | |
| Заключительная часть | Ходьба в колонне по одному | Ходьба в колонне по одному | Игра м/п "Найди курочку" | Ходьба в колонне по одному. | |

ДЕКАБРЬ

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|--|---|--|---|--|
| Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений -ходьба, бег, прыжки на двух ногах, ползание на четвереньках. Умеют ходить и бегать враспынную, используя всю площадь зала, сохраняя равновесие.</p> | | | | | <p><i>Здоровье:</i> рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.</p> |
| Вводная часть | Ходьба и бег враспынную, на носках, пятках, с высоким подниманием коленей. Перестроение в 2 звена. | | | | |
| ОРУ | Без предметов | Без предметов | Без предметов | Без предметов | <p><i>Безопасность:</i> <i>Труд:</i> убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.</p> |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по доске(ширина 15 см), руки за голову. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. | 1.Спрыгивание со скамейки (высота)20 см) на мат. 2.Катание мячей в прямом направлении. | Катание мячей в ворота друг другу (расст.1.5-2 м). 2.Подлезание под дугу (высота 50см). | 1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола (высота 50 см). 2.Ходьба по доске, руки на поясе. | |
| Подвижные игры | "Наседка и цыплята" | "Поезд" | "Воробышки и кот" | "Птички и птенчики" | <p><i>Коммуникация:</i> поощрять речевую активность детей при обсуждении правил игры.</p> <p><i>Познание:</i> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях.</p> |
| Заключительная часть | Игра м/п"Снежинки" | Ходьба в колонне по одному. | Ходьба в колонне по одному. | Ходьба в колонне по одному. | |

ЯНВАРЬ

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|--|---|--|--|---|
| Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений -ходьба, бег, ползание, прыжки. Сохраняют устойчивое положение при ходьбе по доске, мягко приземляются на полусогнутые ноги.</p> | | | | | <p><i>Здоровье:</i> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр</p> <p><i>Безопасность:</i> <i>Труд:</i> убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.</p> <p><i>Коммуникация:</i> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.</p> <p><i>Познание:</i> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз</p> |
| Вводная часть | Ходьба в колонне по одному, парами. Ходьба и бег враспынную, с остановкой на сигнал воспитателя. Перестроение в колонну по одному. | | | | |
| ОРУ | Без предметов | Без предметов | С кубиками | С кубиками | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по доске (ширина 10 см), руки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (расст.2 м). | 1.Спрыгивание со скамейки (высота 15 см). 2.Прокатывание мяча вокруг кегли (кубика). | 1.Катание мячей друг другу через ворота Расс. 1,5-2 м. 2.Подлезание под дугу, не касаясь руками пола. | 1.Подлезание под шнур (высота 40 см), не касаясь руками пола. 2.Ходьба по доске, руки на поясе. | |
| Подвижные игры | "Кролики" | "Трамвай" | "Лягушки" | "Найди свой цвет" | |
| Заключительная часть | Ходьба в колонне по одному. | Игра м/п "Найди собачку". | Игра м/п "Угадай, кто кричит". | Ходьба в колонне по одному. | |

ФЕВРАЛЬ

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|---|--|---|---|---|
| Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки. Прокатывают мяч в прямом направлении, спрыгивают со скамейки на полусогнутые ноги, пролезают в обруч, не касаясь руками пола.</p> | | | | | <p><i>Здоровье:</i> рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.</p> <p><i>Безопасность:</i> <i>Труд:</i> учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду</p> <p><i>Познание:</i></p> |
| Вводная часть | Ходьба и бег врассыпную. Построение в шеренгу. Ходьба и бег в колонне, перешагивая через предметы, с выполнением заданий для рук. | | | | |
| ОРУ | Без предметов | Без предметов | С кубиками | С кубиками | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба, перешагивая через шнуры. 2. Прыжки из обруча в обруч. | 1. Спрыгивание со скамейки (выс. 15см). 2. Прокатывание мячей в прямом направлении. | 1. Бросанием мяча через шнур двумя руками. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. | 1. Пролезание в обруч, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по доске. | |
| Подвижные игры | "Мыши в кладовой" | "Птички в гнёздышках" | "Воробышки и кот" | "Найди свой цвет" | |
| Заключительная часть | Ходьба в колонне по одному. | Игра м/п "Угадай, кто кричит". | Ходьба в колонне по одному. | Ходьба в колонне по одному. | |

МАРТ

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|---|---|--|---|--|
| Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки. Бросают мяч двумя рукам и ловят его, прокатывают мяч между предметами.</p> | | | | | <p><i>Здоровье:</i> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр</p> <p><i>Безопасность:</i> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.</p> <p><i>Труд:</i> учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду</p> <p><i>Познание:</i> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз.</p> |
| Вводная часть | Ходьба и бег по кругу, построение в шеренгу. Построение в колонну по одному, перестроение в пары с помощью воспитателя. Перестроение в три звена. | | | | |
| ОРУ | Без предметов | Без предметов | С мячом | С мячом | |
| Основные виды движений | 1.Ходьба по шнуру, положенному прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 2.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд. | 1.Прыжки в длину с места (расст. м/у шнурами 10 см). 2.Прокатывание мяча между предметами. | 1. Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками. 2.Ползание по доске. | 1. Влезание на наклонную лестницу. 2.Ходьба с перешагиванием через бруски. | |
| Подвижные игры | "Кролики" | "Поезд" | "Поймай комара" | "Найди свой цвет" | |
| Заключительная часть | Игра м/п "Найди кролика" | Ходьба в колонне по одному. | Ходьба в колонне по одному. | Ходьба в колонне по одному. | |

АПРЕЛЬ

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|--|---|---|---|---|---|
| Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки, бросают мяч вверх, об пол и ловят его двумя руками, влезают на наклонную лестницу.</p> | | | | | <p><i>Здоровье:</i> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр</p> <p><i>Безопасность:</i> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.</p> <p><i>Труд:</i> учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду</p> <p><i>Коммуникация:</i> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.</p> |
| Вводная часть | Ходьба и бег с остановкой по сигналу. Построение в шеренгу, проверка осанки, равнения. Ходьба с высоким подниманием колен, на носках, пятках, внутренней стороне стопы. | | | | |
| ОРУ | Без предметов | Без предметов | С ленточками | С ленточками | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по скамейке (высота 25 см). 2. Прыжки в длину с места | 1. Прыжки в длину с места (расст. между шнурами 15 см). 2. Бросание мяча о пол двумя руками. | 1. Бросание мяча вверх и ловля его руками. 2. Ползание по доске. | 1. Влезание на наклонную лесенку. 2. Ходьба по доске, руки на поясе. | |
| Подвижные игры | "Наседка и цыплята" | "По ровненькой дорожке" | "Лягушки" | "Найди свой цвет" | |
| Заключительная часть | Игра м/п "Где цыплёнок?" | Ходьба в колонне по одному. | Ходьба в колонне по одному. | Игра м/п "Кто ушёл" | |

МАЙ

| Содержание организованной образовательной деятельности | | | | | Интеграция образовательных областей |
|---|--|--|---|---|---|
| Этапы занятия | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | |
| <p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеют основными видами движений - ходьба, бег, прыжки, ползание; влезает на наклонную лесенку. Бросают мяч о пол, ловят его двумя руками. Сохраняют равновесие при ходьбе по доске (скамейке).</p> | | | | | <p><i>Здоровье:</i> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр</p> <p><i>Безопасность:</i> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.</p> <p><i>Труд:</i> учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия.</p> <p><i>Коммуникация:</i> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности.</p> |
| Вводная часть | Ходьба и бег по кругу, построение в шеренгу, проверка осанки. Ходьба и бег в рассыпную, с остановкой на сигнал. Ходьба с выполнением упражнений для рук. | | | | |
| ОРУ | Без предметов | Без предметов | С палкой | С палкой | |
| Основные виды движений | 1. Ходьба по скамейке (высота 30 см). 2. Перепрыгивание через шнуры . | 1. Прыжки в длину с места (расст. м/у шнурами 15 см). 2. Подбрасывание мяча вверх двумя руками. | 1. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по скамейке. | 1. Влезание на наклонную лесенку. 2. Ходьба по доске, руки на поясе. | |
| Подвижные игры | "Мыши в кладовой" | "Поезд" | "Воробышки и кот" | "Найди свой цвет" | |
| Заключительная часть | Игра м/п "Где спрятался мышонок?" | Ходьба в колонне по одному. | Ходьба в колонне по одному. | Игра м/п "Съедобное - не съедобное" | |