### ГРУППА РАННЕГО ВОЗРАСТА (2-3 года)

**Целевые ориентиры освоения данной программы:**

* + - ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга;
		- прыгать на двух ногах на месте и с продвижением вперед;
		- брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч;
		- ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через гимнастическую скамейку.

### РАЗВЕРНУТОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

**(СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ)**

|  |
| --- |
| ***Сентябрь*** |
| **Задачи** |
| Познакомить детей с залом, рассказать о правилах поведения в нем. Ознакомить с ходьбой и бегом стайкой; ходьбой и бегом врассыпную; развивать умение сохранять равновесие, ознакомить с прыжками на 2-х ногах на месте; с прокатыванием мяча двумя руками; ползанием на четвереньках; брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч, ползать; рассказывать детям о безопасном поведении в подвижных играх,при использовании спортивного инвентаря; активизировать мышление детей. Провести диагностику физического развития детей. |
| **Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)** |
| Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, закреплять умение энергично отталкивать мячи двумя руками одновременно, закреплять умение ползать, проявляетинтерес к участию в совместных играх и физических упражнениях*.* |
|  | 1-я неделя**Занятия 1-3** | 2-я неделя**Занятия 4-6** | 3-я неделя**Занятия 7-9** | 4-я неделя**Занятия 10-12** |
| **Виды детской деятельности** |
| 1-я часть**Вводная** | Построение стайкой, врассыпную. Ходьба стайкой за педагогом, врассыпную. Бег обычной стайкой, врассыпную. |
| **Общеразвивающи****е упражнения** | Адаптационный период.Проводится знакомство с детьми в группе. Педагог | Без предмета | Без предмета |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 2-я часть **Основные движения** | приходит в группу с игрушкой и предлагает поиграть с ней.Предлагает детям выполнить ходьбу, простые движения руками, ногами, поползать, покатать мяч. | 1. **Ходьба** между предметами
2. **Прокатывание** мяча вперед двумя руками
3. **Ползание** на четвереньках по прямой «Доползи до кубика»
4. **Пружинка** на месте с небольшим подпрыгиванием
 | *Диагностика*1. **Прокатывание** мяча вперед двумя рукам
2. **Ходьба** между предметами 3.**Ползание** на четвереньках по прямой.

4. **Прыжки** на всей ступне сподниманием на носки на месте |
| **Подвижные игры** | «Бегите ко мне» | «Догоните меня» |
| 3-я часть**Малоподвижные игры** | Ходьба стайкой за воспитателем. | Ходьба с дыхательными упражнениями |
| ***Октябрь*** |
| **Задачи** |
| Продолжать учить ходить и бегать, сохраняя равновесие, развивать устойчивое положение при ходьбе через предметы; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги; учить энергичному отталкиванию мяча при катании его педагогу, упражнять в прыжках на двух ногах на месте, продвигаясь вперед. Следить, чтобы в прыжках отталкивался двумя ногами. Развивать умение ориентироваться в пространстве, желание играть вместе с педагогом. Вовлекать детей в активное подражание способам действий. Воспитывать элементарные навыки вежливогообращения. |
| **Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)** |
| Умеет бегать, сохраняя равновесие, старается катать мяч и ползать в заданном направлении, ходить, перешагивая предметы, в прыжках старается отталкиваться 2-я ногами; проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, имеетположительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду. |
|  | 1-я неделя**Занятия 1-3** | 2-я неделя**Занятия 4-6** | 3-я неделя**Занятия 7-9** | 4-я неделя**Занятия 10-12** |
| **Виды детской деятельности** |
| 1-я часть**Вводная** | Построение: стайкой, врассыпную. Ходьба и бег стайкой, врассыпную, подгруппами и всей группой, с имитациейдвижений лисы, волка, медведя. |
| **Общеразвивающи****е упражнения** | Без предмета | Без предмета | С кубиками | С кубиками |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 2-я часть **Основные движения** | 1. **Ползание** на четвереньках по дорожке из 2-х шнуров
2. **Прыжки** на 2-х ногах на месте
3. **Прокатывание** мяча педагогу двумя руками.
4. **Ходьба** с перешагиванием через предметы (шнур, мешочки с песком)
 | 1. **Прыжки** на 2-х ногах с продвижением вперед
2. **Ползание** на четвереньках по дорожке из 2-х шнуров
3. **Ходьба** по дорожке из 2-х шнуров
4. **Прокатывание** мяча педагогу одной рукой.
 | 1. **Ходьба** по дорожке из 2-х шнуров с перешагиванием через предметы 2.**Подлезание** под шнур(h=50)1. **Прокатывание** мяча педагогу одной рукой.
2. **Ползание** на четвереньках по дорожке из 2-х шнуров

«Доползи до кубика» | 1. **Прокатывание** мяча одной рукой вперед и ползание за ним
2. **Подлезание** под шнур(h=50) за катящимся предметом.
3. **Прыжки** на 2-х ногах на месте с поворотом вокруг себя

*Спортивный досуг**«Заинька-зайка»* |
| **Подвижные игры** | «По тропинке» | «Солнышко и дождик» | «Птички, летите ко мне» | «Собери мячи» |
| 3-я часть**Малоподвижные игры** | «Угадай, кто кричит?» | Слово и движение «Жук» | Спокойная ходьба Пальчиковая гимнастика«Покажи пальчики» | «Маленькие и большие» |
| ***Ноябрь*** |
| **Задачи** |
| Ознакомить детей с ходьбой парами, упражнять в прыжках с продвижением вперед, в прокатывании мяча, в ползании, в подлезании под воротики; Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске. Побуждать к участию в подвижных играх, повторять движения в пальчиковой гимнастике и в упражнениях со словами. Упражнять в действиях с мячом. Поощрять речевую активность в процессе двигательныхдействий. Привлекать к совместным с педагогом играм. Воспитывать трудолюбие при уборке инвентаря. |
| **Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)** |
| Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, пытается энергично отталкиваться в прыжкахна двух ногах, катать мяч в заданном направлении, учится взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим. |
|  | 1-я неделя**Занятия 1-3** | 2-я неделя**Занятия 4-6** | 3-я неделя**Занятия 7-9** | 4-я неделя**Занятия 10-12** |
| **Виды детской деятельности** |
| 1-я часть**Вводная** | Построение: парами. Ходьба стайкой в прямом и обратном направлении, вдоль скамейки, ходьба парами, врассыпную. |
| **Общеразвивающие****упражнения** | С колечками | С колечками | С мячом | С мячом |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 2-я часть**Основные движения** | 1. Дорожка препятствий:

**Ползание** по доске на средних четвереньках**Ходьба** по дорожке из 2-х шнуров с перешагиванием через предметы**Подлезание** под воротики.1. **Прокатывание** мяча друг другу 2-я руками
 | 1. **Прыжки** на 2-х ногах через шнур.
2. **Ползание** по доске на средних четвереньках – вверх- вниз по горке с двумя скатами
3. **Прокатывание** мяча друг другу 2-я руками
 | 1. Дорожка препятствий: **Ходьба** по доске «По мостику» **Ползание** по доске на средних четвереньках

Проползание вверх-вниз по горке с двумя скатами **Прыжки** на 2-х ногах через шнур.1. **Ходьба** вокруг обруча,

**перешагивание** в обруч и обратно. | 1. **Бросание** мяча вдаль двумя руками снизу и бег за ним
2. **Ходьба** по доске «По мостику»
3. **Прыжки** на 2-х ногах через

2 шнура.*Спортивный досуг**«Колобок пришел в гости»*«Зайчики и лисичка» А.Буренина, Т. Сауко |
| **Подвижные игры** | «Догони мяч» | «Найди свою пару» | «У медведя во бору» |
| 3-я часть**Малоподвижные игры** | СД «Куры» | «По ровненькой дорожке» | ПГ «Дождик» | Дыхательное упражнение«Подуем на ладошку» |
| ***Декабрь*** |
| **Задачи** |
| Учить ходить вдоль шнура, не заступая за него, парами, поднимать ноги при ходьбе из обруча в обруч, перебрасывать мячи через шнур. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске; развивать навык приземления на полусогнутые ноги; упражнять в броске мяча в заданном направлении; подлезать под воротики, не задевая их, в ползании по горке. Развивать глазомер и ловкость; координацию в ползании подоске, при перешагивании через шнур. Побуждать принимать участие в совместных играх и упражнениях. Воспитывать трудолюбие при уборке инвентаря. Продолжать формировать способность воспринимать и воспроизводить движения по показу. |
| **Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)** |
| Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, бросать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию всовместных играх и физических упражнениях, пытается взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре. |
|  | 1-я неделя**Занятия 1-3** | 2-я неделя**Занятия 4-6** | 3-я неделя**Занятия 7-9** | 4-я неделя**Занятия 10-12** |
| **Виды детской деятельности** |
| 1-я часть**Вводная** | Построение: врассыпную, парами. Ходьба и бег вдоль шнура, скамейки; ходьба и бег в чередовании; ходьба на носочках, дорожке из обручей, перешагивая их (3-4 обруча). |
| **Общеразвивающие** | С ленточками | С ленточками | Пляска погремушками | Пляска погремушками |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **упражнения** | Т.И Суворова | Т.И Суворова | А.Буренина, Т. Сауко | А.Буренина, Т. Сауко |
| 2-я часть**Основные движения** | Дорожка препятствий:**Пролезание** в обруч(вертикальный)**Прыжки** на 2-х ногах через2 шнура**Ходьба** по доске «По мостику»**Ползание** вверх-вниз по горке с двумя скатами.2. **Бросание** мяча вдаль двумя руками снизу и бег за ним. | 1. **Прыжки** на 2-х ногах по дорожке из 2-х шнуров.
2. **Подлезание** в обруч, под воротики.
3. **Прыжки** вокруг обруча
4. **Бросание** мяча вперед двумя руками от себя «Попади в обруч».
 | Дорожка препятствий:**Ходьба** с перешагиванием шнура, поднятого над полом на 5 см.**Прыжки** на 2-х ногах по дорожке из 2-х шнуров**Подлезание** под 2 шнура.2.**Бросание** мяча 2-я руками из- за головы через веревку | 1. **Бросание** мяча 2-я руками из-за головы через веревку – **подлезание** под шнур и бег за мячом – **ходьба** с мячом в руках и подлезание под веревку.
2. **Ходьба** с перешагиванием шнура, поднятого над полом на 5 см.
3. **Прыжки** на 2-х ногах по дорожке из 2-х шнуров

*Спортивный досуг**«Птички-невелички»*«Воробышки и кошка» А.Буренина, Т. Сауко |
| **Подвижные игры** | «Наседка и цыплята» | «Цветные автомобили» | «Птички летают» |
| 3-я часть**Малоподвижные игры** | СД «Руки в стороны» | Танец «Прятки»А.Буренина, Т. Сауко | ПГ «Пальчик-мальчик» | «Каравай» |
| ***Январь*** |
| **Задачи** |
| Упражнять в ходьбе взявшись за руки, учить мягко приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках; развивать глазомер и ловкость в прокатывании мяча в воротики; продолжать учить сохранять равновесие в ходьбе с перешагиванием через предметы. Побуждать выполнять правила в подвижных играх. Создавать радостное настроение отдвигательной деятельности. |
| **Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)** |
| Умеет ходить «змейкой» взявшись за руки, ходить и бегать по дорожке из 2-х веревок, сохраняет равновесие при ходьбе с перешагиванием через предметы, владеет соответствующими возрасту основными движениями. Закреплять умение в прыжках на 2-х нога. Старается самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, выполнять правила в играх. Получает удовольствие от двигательнойактивности. |
|  | 1-я неделя**Занятия 1-3** | 2-я неделя**Занятия 4-6** | 3-я неделя**Занятия 7-9** | 4-я неделя**Занятия 10-12** |
| **Виды детской деятельности** |

|  |  |
| --- | --- |
| 1-я часть**Вводная** | Построение в цепочку держась за руки. Ходьба по залу взявшись за руки «змейкой»; высоко поднимая колени. Ходьба ибег вдоль каната, по дорожке из 2-х веревок (30 см). |
| **Общеразвивающие упражнения** |  | С игрушками | С флажками | С флажками |
| 2-я часть**Основные движения** | **Новогодние каникулы** | 1.Дорожка препятствий:**Ползание** по гимнастической скамейке на четвереньках.**Ходьба** с поочередным перешагиванием 3-х препятствий (выс.-5-10 см).**Прыжки** на 2-х ногах по дорожке из 2-х веревок 2.**Прокатывание**мяча сидя ноги врозь по дорожке вворотики | *Спортивный досуг*.1. «Разноцветный мячик»
2. «Мы любим играть»
 | 1. Влезание на гимн.скамейку и **спрыгивание** со скамейки на мат.
2. **Ползание** по гимнастической скамейке на четвереньках
3. **Ходьба** вверх-вниз по горке с двумя скатами
4. **Прокатывание** мяча по дорожке в воротики, стараясь сбить кеглю

«Воробышки и автомобиль» |
| **Подвижные игры** |  | «Догони мяч» |  |
| 3-я часть**Малоподвижные игры** |  | Танец «Веселые ладошки» А.Буренина, Т. Сауко |  | «Раздувайся пузырь» |
| ***Февраль*** |
| **Задачи** |
| Упражнять в ходьбе парами и врассыпную, с высоким подниманием колен, в спрыгивании со скамейки, в ходьбе и бег по периметру зала. Учить двигаться галопом, подбрасывать мяч вверх, подпрыгиванию вверх. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; упражнять в ползании на четвереньках. Закреплять умение перебрасывать мяч через шнур. Развивать координацию движений при ходьбе по извилистой дорожке, броскемяча через веревку. Продолжать учить выполнять ОРУ по показу. |
| **Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)** |
| Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках по гимн.скамейке, старается энергично отталкиваться в подпрыгивании вверх, может бросать мяч через шнур; проявляет положительные эмоциипри физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх. Помогает при уборке инвентаря и оборудования. |
|  | 1-я неделя**Занятия 1-3** | 2-я неделя**Занятия 4-6** | 3-я неделя**Занятия 7-9** | 4-я неделя**Занятия 10-12** |

|  |
| --- |
| **Виды детской деятельности** |
| 1-я часть**Вводная** | Построение: парами, друг за другом, галопом. Ходьба парами с высоким подниманием колен в чередовании с х. врассыпную («Марш» А.Буренина, Т. Сауко ); бег парами в чередовании с б. врассыпную. Ходьба и бег по периметру зала. |
| **Общеразвивающие упражнения** | С обручем | С обручем | С мячом | С мячом |
| 2-я часть**Основные движения** | 1. Дорожка препятствий

**Ходьба** по извилистой дорожке.**Ползание** по гимн.скамейке на четвереньках.Влезание на гимн.скамейку и **спрыгивание** со скамейки на мат.**Прыжки** по мату на 2-х ногах1. **Бросание** мяча 2-я руками из-за головы через веревку.
 | 1. **Подбрасывание** мяча вверх (без ловли).
2. **Ходьба** по извилистой дорожке перешагивая веревочки.
3. Влезание на гимн.скамейку и **спрыгивание** со скамейки на мат.
4. **Ползание** по гимнастической скамейке на четвереньках
5. Прямой галоп
 | 1. Дорожка препятствий

**Перелезание** через бревно.**Ходьба** по извилистой дорожке перешагивая кубики**Ползание** на четвереньках«как жуки» (3-4 м).**Прыжки** через 3-4 косички поочередно1. **Подбрасывание** мяча вверх
2. Прямой галоп
 | 1. **Подпрыгивание** вверх.
2. **Перелезание** через бревно – **подлезание** под веревку – **перелезание** через бревно.
3. **Бросание** мяча вниз правой и левой рукой

*Спортивный досуг**«Вышла курочка гулять»*«Самолеты» |
| **Подвижные игры** | «Веселые парочки» | «Поезд» | «По тропинке» |
| 3-я часть**Малоподвижные игры** | СД «Березка» | Дыхательное упражнение«Снежинки». | «Угадай, кто кричит?» | Ходьба врассыпную |
| ***Март*** |
| **Задачи** |
| Ознакомить с ходьбой друг за другом, влезанием на гимн.стенку и правильным хватом за рейки. Упражнять в ходьбе на носках, с остановкой на сигнал, беге друг за другом. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; в ползании на четвереньках; ходьбе по наклонной доске. Закреплять умение перебрасывать мяч через шнур. Развивать ловкость и координацию в подлезании и перелезании через препятствие, глазомер приброске мешочка в корзину. Продолжать воспитывать эмоциональную отзывчивость, поощрять умение пожалеть, воспитывать любовь к занятиям физкультурой. |
| **Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)** |
| Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольнымспособом, энергично отталкивается 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. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1-я неделя**Занятия 1-3** | 2-я неделя**Занятия 4-6** | 3-я неделя**Занятия 7-9** | 4-я неделя**Занятия 10-12** |
| **Виды детской деятельности** |
| 1-я часть**Вводная** | Построение: друг за другом «Поезд». Ходьба на носках; с остановкой на сигнал. Бег друг за другом по дорожке, как«самолеты», «птички». |
| **Общеразвивающие упражнения** | С малым мячом | С малым мячом | С обручем | С обручем |
| 2-я часть**Основные движения** | 1. Дорожка препятствий **Ходьба** по наклонной доске **Перелезание** через бревно –

**подлезание** под веревку –**перелезание** через бревно.**Ходьба** с перешагиванием через предметы.1. **Подпрыгивание** вверх, стараясь достать погремушку
2. **Бросание** мяча вниз правой и левой рукой
 | 1. **Бросание** мешочка правой и левой рукой в корзину, стоящую за скамейкой
2. **Ходьба** по наклонной доске - **Ходьба** с перешагиванием через предметы.
3. **Перелезание** через бревно.
4. **Подпрыгивание** вверх, стараясь достать

погремушку | Работа по подгруппам:1**. Влезание** на гимн.стенку до2-3 рейки1. **Ходьба** по гимнастической скамейке и спуск с нее.
2. **Прыжки** через 3-4 косички
3. **Бросание** мешочка правой и левой рукой в корзину, стоящую за скамейкой
 | 1. **Прыжки** из обруча в обруч. 2.**Ходьба** по гимнастической скамейке и спуск с нее.3. **Влезание** на гимн. стенке до2-3 рейки**«**До ленточки**»**4. **Прокатывание** мяча друг другу между предметами, сидя ноги врозь*Спортивный досуг**«Куклы любят физкультуру»*« Кролики» |
| **Подвижные игры** | «Птички в гнездышке» | «Принеси игрушку» | «Флажок» |
| 3-я часть**Малоподвижные игры** | СД «Вышли уточки» | Дыхательное упражнение«Подуем на ладошки». | ПГ «Пальчики играют» | «Колпачок» |
| ***Апрель*** |
| **Задачи** |
| Упражнять в ходьбе и беге друг за другом. Учить ходить приставным шагом, ловить мяч брошенный педагогом, ползанию по гимн.скамейке на животе подтягиваясь руками, энергичному отталкиванию в прыжках «через ручеек». Упражнять в прыжках из обруча в обруч; в прокатывании мяча друг другу; в познании в туннель. Развивать внимание при выполнении заданий по сигналу, силу рук при подтягивании на гимн.скамейке, ловкость в ловле мяча брошенного воспитателем. Повышать двигательную активность детей. Продолжать учить эмоционально передавать игровыеобразы, выполнять движения в соответствии с текстом. |
| **Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)** |

|  |
| --- |
| Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать по гимн.скамейке подтягиваясь руками, ходить приставным шагом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх. Умеет передавать в движенииигровые образы. |
|  | 1-я неделя**Занятия 1-3** | 2-я неделя**Занятия 4-6** | 3-я неделя**Занятия 7-9** | 4-я неделя**Занятия 10-12** |
| **Виды детской деятельности** |
| 1-я часть**Вводная** | Построение: друг за другом «Поезд». Ходьба на носках; на сигнал присесть, приставными шагами. Бег друг за другом по дорожке, «на поезде», «самолеты», «птички». |
| **Общеразвивающие упражнения** | Без предмета | Без предмета | С кубиками | С кубиками |
| 2-я часть**Основные движения** | 1. **Ходьба** по обручу, веревке боком приставным шагом
2. **Прыжки** из обруча в обруч
3. **Влезание** на гимн.стенке до 2-3 рейки «До ленточки»2.
4. **Прокатывание** мяча друг другу между предметами, сидя ноги врозь
 | 1. **Ловля** мяча брошенного педагогом
2. Дорожка препятствий **Ходьба** по веревке боком, приставными шагами. **Прыжки** из обруча в обруч **Ходьба** по гимнастической скамейке и спуск с нее **Проползание** в туннель
 | 1. Дорожка препятствий **Ползание** по гимн.скамейке на животе подтягиваясь руками. **Ходьба** по веревке боком, приставными шагами **Проползание** в туннель

**Прыжки** через 3-4 косички поочередно.1. **Ловля** мяча брошенного педагогом
 | 1. **Прыжок** через две линии

«Через ручеек».1. Дорожка препятствий
* **Ползание** по гимн.скамейке подтягиваясь руками
* **Ходьба** по веревке боком, приставными шагами **Прыжки** через 3-4 косички поочередно.

3.**Бросание** мяча в парах и попытка поймать его*Спортивный досуг**« Ловкие обезьянки»*« Трамвай» |
| **Подвижные игры** | «Катаем мячи» | «Лисички и белочки» | «Большие ноги» |
| 3-я часть**Малоподвижные игры** | СД «На лугу» | «Пузырь» | ПГ «Фонарики, Солнышко» | «Ровным кругом» |
| ***Май*** |
| **Задачи** |
| Упражнять в ходьбе и беге друг за другом. Ознакомить с броском м.мяча вдаль, ползанием по наклонной доске на четвереньках.. Упражнять вэнергичном отталкивании в прыжках «через ручеек»; в бросании мяча друг другу; в познании по гимнастической скамейке подтягиваясь руками. Развивать внимание при выполнении заданий по сигналу, силу рук при подтягивании на гимн.скамейке, координацию при броске мяча вдаль. |

|  |
| --- |
| Повышать двигательную активность детей. Привлекать детей к помощи при уборке инвентаря. Продолжать развивать ручную умелость во времяпальчиковой гимнастики. |
| **Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных областей)** |
| Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, может ползать по гимн.скамейке подтягиваясь руками, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, старается поймать мяч брошенный другим ребенком; бросает вдаль правой и левой рукой; проявляет интерес кзанятиям физкультурой, помогает при уборке оборудования и инвентаря. Проявляет интерес к двигательной активности на занятиях и в группе. |
|  | 1-я неделя**Занятия 1-3** | 2-я неделя**Занятия 4-6** | 3-я неделя**Занятия 7-9** | 4-я неделя**Занятия 10-12** |
| **Виды детской деятельности** |
| 1-я часть**Вводная** | Построение: друг за другом. Ходьба на носках, высоко поднимая колени; смена направления по сигналу. Бег друг за другомпо дорожке, «скачут лошадки», «летят самолеты», «летают птички». |
| **Общеразвивающие упражнения** | С игрушкой | С игрушкой | С колечком | С колечком |
| 2-я часть**Основные движения** | ***Диагностика*** | 1. Дорожка препятствий **Передвижение** по скамейке, сидя верхом

**Ходьба** по веревке боком, приставными шагами.**Прыжки** по дорожке на 2-х ногах**Ползание** по гимн.скамейке на животе подтягиваясь руками**Проползание** в туннель1. **Бросание** мяча в парах и попытка поймать его
 | 1. **Бросание** м. мяча вдаль правой и левой рукой к ориентиру
2. **Передвижение** по скамейке, сидя верхом.
3. **Прыжок** через две линии

«Через ручеек».1. **Прокатывать** мяч по скамейке
 | 1. **Ползание** по наклонной доске.
2. **Бросание** м. мяча вдаль правой и левой рукой через шнур
3. **Передвижение** по скамейке, сидя верхом.

3. **Прыжок** через две линии«Через ручеек».*Спортивный досуг**« Мы растем здоровыми»*« Зайка беленький сидит» |
| **Подвижные игры** | « Воробушки и автомобиль» | «Солнышко и дождик» | «Целься точнее» |
| 3-я часть**Малоподвижные игры** | СД «На лугу растут цветы» | «Найди флажок» | ПГ «Ежик» | «Пузырь» |