

**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	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> 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>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег враспынную, построение в одну колонну, ходьба и бег в колонне по одному, с выполнением заданий для рук. Построение в круг.				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Без предметов	Без предметов	Без предметов	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ползание на четвереньках (4-6м.) "Пойдём как собачка"</p> <p>2. Ходьба по прямой дорожке между линиями. Ширина 25 см.</p>	<p>1. Ходьба по прямой дорожке (между двумя линиями). Ширина 25 см.</p> <p>2. Катание мячей друг другу (расст. 1 м.)</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах на месте.</p> <p>2. Бег между двумя линиями (ширина 20 см).</p>	<p>1. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени.</p> <p>2. Ходьба и бег колонной по одному всем составом.</p>	
<b>Подвижные игры</b>	"Бегите ко мне"	"Догони мяч"	"Догони мяч"	"Найди свой домик"	
<b>Заключительная часть</b>	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><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> 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>
<b>Вводная часть</b>	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.				
<b>ОРУ</b>	С кубиками	С кубиками	Без предметов	Без предметов	
<b>Основные виды движений</b>	<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>	
<b>Подвижные игры</b>	"Поезд"	"Наседка и цыплята"	"Бегите к флажку"	"Зайцы и волк"	
<b>Заключительная часть</b>	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><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> 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>
<b>Вводная часть</b>	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.				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Без предметов	С флажками	С флажками	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1.Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 20 см).</p> <p>2. Прыжки на одной, на двух ногах, продвигаясь вперед (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>	
<b>Подвижные игры</b>	"Найди свой домик"	"Трамвай"	"Наседка и цыплята"	"Зайцы и волк"	
<b>Заключительная часть</b>	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><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> 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>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег враспынную, на носках, пятках, с высоким подниманием коленей. Перестроение в 2 звена.				
<b>ОРУ</b>	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>
<b>Основные виды движений</b>	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.	
<b>Подвижные игры</b>	"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>
<b>Заключительная часть</b>	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><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> 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>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, парами. Ходьба и бег враспынную, с остановкой на сигнал воспитателя. Перестроение в колонну по одному.				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Без предметов	С кубиками	С кубиками	
<b>Основные виды движений</b>	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.	
<b>Подвижные игры</b>	"Кролики"	"Трамвай"	"Лягушки"	"Найди свой цвет"	
<b>Заключительная часть</b>	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><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> 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>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег врассыпную. Построение в шеренгу. Ходьба и бег в колонне, перешагивая через предметы, с выполнением заданий для рук.				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Без предметов	С кубиками	С кубиками	
<b>Основные виды движений</b>	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.	
<b>Подвижные игры</b>	"Мыши в кладовой"	"Птички в гнёздышках"	"Воробышки и кот"	"Найди свой цвет"	
<b>Заключительная часть</b>	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><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> 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>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег по кругу, построение в шеренгу. Построение в колонну по одному, перестроение в пары с помощью воспитателя. Перестроение в три звена.				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Без предметов	С мячом	С мячом	
<b>Основные виды движений</b>	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.	
<b>Подвижные игры</b>	"Кролики"	"Поезд"	"Поймай комара"	"Найди свой цвет"	
<b>Заключительная часть</b>	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><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> 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>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег с остановкой по сигналу. Построение в шеренгу, проверка осанки, равнения. Ходьба с высоким подниманием колен, на носках, пятках, внутренней стороне стопы.				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Без предметов	С ленточками	С ленточками	
<b>Основные виды движений</b>	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.	
<b>Подвижные игры</b>	"Наседка и цыплята"	"По ровненькой дорожке"	"Лягушки"	"Найди свой цвет"	
<b>Заключительная часть</b>	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><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> 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>
<b>Вводная часть</b>	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.				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Без предметов	С палкой	С палкой	
<b>Основные виды движений</b>	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.	
<b>Подвижные игры</b>	"Мыши в кладовой"	"Поезд"	"Воробышки и кот"	"Найди свой цвет"	
<b>Заключительная часть</b>	Игра м/п "Где спрятался мышонок?"	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Игра м/п "Съедобное - не съедобное"	