

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ

Предмет	Тема и цели занятий 1-й недели		Тема и цели занятий 2-й	Тема и цели занятий 3-й	Тема и цели занятий 4-й недели
1	2		3	4	5
<b>Сентябрь</b>	Тема	<b>Занятия 1-2</b>	<b>Занятия 3-4</b>	<b>Занятие 5-6</b>	<b>Занятие 7-8</b>
	Цель	Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за воспитателем. Учить ходить между двумя линиями, сохраняя равновесие. <i>Подвижная игра «Бегите ко мне»</i>	Учить: - ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем; - подпрыгивать на двух ногах на месте. <i>Подвижная игра «Догони меня»</i>	Ознакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами. Учить энергично отталкивать мяч двумя руками. <i>Подвижная игра «Мой весёлый, звонкий мяч». , малоподвижные игры «Найди мяч», «Надуй мяч»</i>	Учить: - ходить и бегать колонной; по одному всем составом группы; - подлезать под шнур. <i>Подвижная игра «Найди свой домик»</i>
Общеразвивающие упражнения	1я неделя		2я неделя	3я неделя	4я неделя
	Без предметов		Без предметов	С кубиками	С кубиками

1	2		3	4	5
<b>Октябрь</b>	Тема	<b>Занятия 1-2</b>	<b>Занятия 3-4</b>	<b>Занятие 5-6</b>	<b>Занятие 7-8</b>
	Цель	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходить и бегать по кругу;</li> <li>- сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади.</li> </ul> <p>Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте.  <i>Подвижная игра «Поезд», малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?»</i></p>	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя;</li> <li>- при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги.</li> </ul> <p>Упражнять в прокатывании мячей.  <i>Подвижная игра «У медведя во бору»</i></p>	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя;</li> <li>- подлезать под шнур.</li> </ul> <p>Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади.  <i>Подвижная игра «Бежать к флажку», малоподвижная игра «Угадай, чей голосок?»</i></p>	<p>Закреплять умение ходить и бегать по кругу. Учить энергичному отталкиванию мяча при прокатывании друг другу.</p> <p>Упражнять в ползании на четвереньках.  <i>Подвижная игра «Мыши в кладовой»</i></p>
<b>Ноябрь</b>	Тема	<b>Занятия 1-2</b>	<b>Занятия 3-4</b>	<b>Занятие 5-6</b>	<b>Занятие 7-8</b>
	Цель	<p>Упражнять в ходьбе и беге.</p> <p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади;</li> <li>- мягко приземляться в прыжках.</li> </ul> <p><i>Подвижная игра «Мыши в кладовой», малоподвижная игра «Где спрятался мышонок?»</i></p>	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в ходьбе колонной по одному;</li> <li>- в прыжках из обруча в обруч.</li> </ul> <p>Учить приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча.  <i>Подвижная игра «Трамвай»</i></p>	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в ходьбе колонной по одному;</li> <li>- ловить мяч, брошенный воспитателем и обратно;</li> <li>- ползать на четвереньках</li> </ul>	<p>Закреплять умение подлезать под дугу на четвереньках.</p> <p>Упражнять: - в ходьбе по уменьшенной площади.  <i>Подвижная игра «Найди свой домик»</i></p>
<b>Декабрь</b>	Тема	<b>Занятия 1-2</b>	<b>Занятия 3-4</b>	<b>Занятие 5-6</b>	<b>Занятие 7-8</b>
	Цель	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходить и бегать врассыпную, используя всю площадь зала;</li> <li>- сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках.</li> </ul>	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходить и бегать по кругу;</li> <li>- мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги.</li> </ul> <p>Упражнять в прокатывании мяча.</p>	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходить и бегать врассыпную;</li> <li>- катать мяч друг другу, выдерживая направление;</li> <li>- подползать под дугу.</li> </ul>	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходить и бегать по кругу;</li> <li>- подлезать под шнур, не касаясь руками;</li> <li>- сохранять равновесие при ходьбе по доске.</li> </ul>

1	2		3	4	5
		Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги. <i>Подвижная игра «Наседка и цыплята», малоподвижная игра «Лошадки»</i>	<i>Подвижная игра «Поезд»</i>	<i>Подвижная игра «Птички и птенчики»</i>	<i>Подвижная игра «Воробьишки и кот», малоподвижная игра «Каравай»</i>
Январь	Тема	<b>Занятия 1-2</b>	<b>Занятия 3-4</b>	<b>Занятие 5-6</b>	<b>Занятие 7-8</b>
	Цель	Познакомить: - с перестроением и ходьбой парами; - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске. Упражнять в прыжках, продвигаясь вперед. <i>Подвижная игра «Кролики»</i>	Учить: - ходить и бегать врассыпную при прыгивании; - мягкому приземлению на полусогнутые ноги; - прокатывать мяч вокруг предмета. <i>Подвижные игры «Трамвай», «Мой веселый, звонкий мяч», «Угадай, кто кричит?»</i>	Упражнять: - в ходьбе парами и беге врассыпную; - прокатывать мяч друг другу; - подлезать под дугу, не касаясь руками пола. <i>Подвижная игра «Найди свой цвет»</i>	Упражнять: - в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; - подлезать под шнур, не касаясь руками пола. Формировать правильную осанку при ходьбе по доске. <i>' Подвижная игра «Мыши в кладовой»</i>
Февраль	Тема	<b>Занятия 1-2</b>	<b>Занятия 3-4</b>	<b>Занятие 5-6</b>	<b>Занятие 7-8</b>
	Цель	Упражнять: - в ходьбе и беге врассыпную; - прыжках из обруча в обруч. Учить ходить переменными шагами через шнур. <i>Подвижная игра «Птички в гнездышке»</i>	Упражнять: - в ходьбе и беге колонной по одному, выполняя задания; - прокатывании мяча друг другу. Учить приземляться на полусогнутые ноги при прыгивании. <i>Подвижная игра «Воробьишки и кот»</i>	Упражнять: - в ходьбе переменным шагом через шнуры; - в беге врассыпную; - бросать мяч через шнур; - подлезать под шнуром, не касаясь руками пола. <i>Подвижная игра «Найди свой цвет», малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?»</i>	Упражнять: - в ходьбе колонной по одному, выполняя задания; - в беге врассыпную; - пролезать в обруч, не касаясь руками пола; - сохранять равновесие при ходьбе по доске. <i>Подвижная игра «Кролики»</i>
Март	Тема	<b>Занятия 1-2</b>	<b>Занятия 3-4</b>	<b>Занятие 5-6</b>	<b>Занятие 7-8</b>
	Цель	Учить: - ходить и бегать по кругу;	Упражнять в ходьбе и беге парами и беге врассыпную.	Упражнять: - в ходьбе и беге по кругу;	Упражнять: - в ходьбе парами;

Окончание табл.

1	2		3	4	5
		- сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади; - мягко приземляться в прыжках с продвижением вперед	Познакомить с прыжками в длину с места. Учить прокатывать мяч между предметами	- в ползании по скамейке на ладонях и коленях. Учить бросать мяч о землю и ловить двумя руками	- в беге врассыпную; - в ходьбе с перешагиванием через брусок. Учить правильному хвату руками за рейки при влезании на наклонную лестницу
Апрель	Тема	<b>Занятия 1-2</b>	<b>Занятия 3-4</b>	<b>Занятие 5-6</b>	<b>Занятие 7-8</b>
	Цель	Упражнять: - в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; - в прыжках в длину с места <i>Подвижная игра «Курочка-хохлатка», малоподвижная игра «Где цыпленок?»</i>	Упражнять: - ходить колонной по одному; - бегать врассыпную; - в прыжках с места. Продолжать учить приземляться одновременно на обе ноги, упражнять в бросании мяча о пол. <i>Подвижная игра «Найди свой цвет», малоподвижная игра «Пройди тихо»</i>	Упражнять: - ходить и бегать врассыпную; - бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; - ползать по доске. <i>Подвижная игра «Мыши в кладовой», малоподвижная игра «Где спрятался мышонок?»</i>	Упражнять: - в ходьбе и беге колонной по одному; - влезать на наклонную лесенку; - в ходьбе по доске, формируя правильную осанку. <i>Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»</i>
Май	Тема	<b>Занятия 1-2</b>	<b>Занятия 3-4</b>	<b>Занятие 5-6</b>	<b>Занятие 7-8</b>
	Цель	Упражнять: - ходить и бегать по кругу; - сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре; - в перепрыгивании через шнур. <i>Подвижная игра «Мыши в кладовой», малоподвижная игра «Найди цыпленка»</i>	Упражнять: - ходить и бегать врассыпную; - в подбрасывании мяча; - учить приземляться на носочки в прыжках в длину с места. <i>Подвижная игра «Огуречик, огуречик», малоподвижная игра «Угадай, кто позвал»</i>	Упражнять: - ходить колонной по одному, выполняя задания по сигналу; - бегать врассыпную; - учить подбрасывать мяч вверх и ловить его; - в ползании по скамейке на ладонях и коленях. <i>Подвижная игра «Воробышки и кот»</i>	Упражнять: - в ходьбе, отрабатывая переменный шаг и координацию движений, и беге врассыпную; - в равновесии. Закреплять умение влезать на наклонную лесенку, не пропуская реек. <i>Подвижная игра «Найди свой цвет», малоподвижная игра «Каравай»</i>

## Перспективное планирование физкультурных занятий во второй младшей группе

Месяц	Цели	1 – я неделя	2 – я неделя	2 – я неделя	4 – я неделя
1	2	3	4	5	6
<b>СЕНТЯБРЬ</b>	<b>Номер занятия</b>	<b>Занятия 1 - 2</b>	<b>Занятия 3 - 4</b>	<b>Занятия 5 - 6</b>	<b>Занятия 7 - 8</b>
	<b>Задачи</b>	Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за воспитателем. Учить ходить между двумя линиями, сохраняя равновесие.	Учить: - ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем; - подпрыгивать на двух ногах на месте.	Ознакомить детей с ходьбой и бегом в колонне по одному небольшими группами. Учить энергично отталкивать мяч двумя руками.	Учить: - ходить и бегать колонной по одному всем составом группы; - подлезать под шнур.
	<b>1-я часть: Вводная</b>	Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении за воспитателем.	Ходьба и бег всей группой (стайкой) за воспитателем.	Ходьба и бег в колонне по одному небольшими группами.	Ходьба и бег колонной по одному за воспитателем.
	<b>2-я часть: Общеразвивающие упражнения</b>	Без предметов	Без предметов	С большим мячом.	С большим мячом
	<b>Основные Виды движений</b>	1. Ходьба между двумя линиями (расст. 25см).	1. Прыжки на двух ногах на месте.	1. Катание мячей друг другу (расст. 1м).	1. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени с подползанием под шнур (высота 50см).
	<b>Подвижные игры</b>	«Бегите ко мне»	«Догони мяч»	«Мой весёлый, звонкий мяч»	«Найди свой домик»
	<b>3-я часть:</b>	Ходьба стайкой за воспитателем, в руках у него мишка.	Ходьба стайкой за воспитателем, в руках у него мяч.	Ходьба в колонне по одному за воспитателем, в руках у него мяч.	Ходьба колонной по одному за воспитателем, в руках у него флажок.

Месяц	Цели	1 – я неделя	2 – я неделя	3 – я неделя	4 – я неделя
1	2	3	4	5	6
<b>ОКТАБРЬ</b>	<b>Номер занятия</b>	<b>Занятия 1 - 2</b>	<b>Занятия 3 - 4</b>	<b>Занятия 5- 6</b>	<b>Занятия 7 - 8</b>
	<b>Задачи</b>	Учить: - ходить и бегать по кругу; - сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади. Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте.	Учить: - во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; - при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мячей.	Учить: - останавливаться во время ходьбы и бега по сигналу воспитателя; - подлезать под шнур. Упражнять в равновесии по уменьшенной площади.	Закреплять умение ходить и бегать по кругу. Учить энергичному отталкиванию мяча при прокатывании друг другу. Упражнять в ползании на четвереньках.
	<b>1-я часть: Вводная</b>	Ходьба и бег по кругу.	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой (гуси «га-га-га»; воробышки «чик-чирик»).	Ходьба и бег по кругу, остановка, продолжать в другую сторону.	Ходьба и бег по кругу.
	<b>2-я часть: Общеразвивающие упражнения</b>	Без предметов	Без предметов	С кубиками	С кубиками
	<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба и бег между двумя линиями. 2. Прыжки- подпрыгивание на двух ногах на месте.	1. Прыжки- перепрыгивание через шнур, положенный на пол. 2. Катание мяча в прямом направлении.	1. Ходьба между двумя линиями (расст. 25см). 2. Подлезание под шнур на четвереньках (высота 50 см).	1. Ползание на четвереньках в прямом направлении. 2. Катание мячей друг другу (стоя на коленях), расстояние 1,5м
	<b>Подвижные игры</b>	«Наседка и цыплята»	«Поезд»	«Бежать к флажку»	«Мыши в кладовой»
	<b>3- я часть:</b>	«Найди цыплёнка»	«Угадай, кто кричит?»	«Угадай, чей голосок?»	Ходьба в колонне по одному.

Месяц	Цели	1 – я неделя	2 – я неделя	3 – я неделя	4 – я неделя
1	2	3	4	5	6
<b>НОЯБРЬ</b>	<b>Номер занятия</b>	<b>Занятия 1-2</b>	<b>Занятия 3-4</b>	<b>Занятия 5-6</b>	<b>Занятия 7-8</b>
	<b>Задачи</b>	Упражнять в ходьбе и беге. Учить: - сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади; - мягко приземляться в прыжках.	Упражнять: - в ходьбе колонной по одному; - в прыжках из обруча в обруч. Учить приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча.	Упражнять: - в ходьбе колонной по одному; - ловить мяч, брошенный воспитателем и обратно; - ползать на четвереньках.	Закреплять умение подлезать под дугу на четвереньках. Упражнять: - в ходьбе по уменьшенной площади.
	<b>1-я часть: Вводная</b>	Ходьба и бег в чередовании.	Ходьба колонной по одному, по сигналу бег.	Ходьба и бег колонной по одному по изменению ударов в бубен.	Ходьба колонной по одному с выполнением задания (лягушки-присесть; бабочки-помахать крылышками).
	<b>2-я часть: Общеразвивающие упражнения</b>	С ленточками	С ленточками	Без предметов	Без предметов
	<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба между двумя линиями (ширина 20 см). 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед, перешагнуть через шнур.	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча в прямом направлении.	1. Ловить мяч от воспитателя и бросать его обратно. 2. Ползание на четвереньках (с опорой на ладони и колени), позвенеть погремушкой.	1. Подлезание под 2 дуги, поставленные на расст. 0,5 м. друг от друга. 2. Ходьба между двумя линиями (ширина 20см).
	<b>Подвижные игры</b>	«Мыши в кладовой»	«Трамвай»	«По ровненькой дорожке»	«Найди свой домик»
	<b>3-я часть:</b>	«Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	«Угадай, чей голосок?»

Месяц	Цели	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
<b>ДЕКАБРЬ</b>	<b>Номер занятия</b>	<b>Занятия 1 - 2</b>	<b>Занятия 3 - 4</b>	<b>Занятия 5 - 6</b>	<b>Занятия 7 - 8</b>
	<b>Задачи</b>	Учить: - ходить и бегать врассыпную, используя всю площадь зала; - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках. Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги.	Учить: - ходить и бегать по кругу; - мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча.	Учить: - ходить и бегать врассыпную; - катать мяч друг другу, выдерживая направление; - подлезать под дугу.	Учить: - ходить и бегать по кругу; - подлезать под шнур, не касаясь руками пола; - сохранять равновесие при ходьбе по доске.
	<b>1-я часть: Вводная</b>	Ходьба и бег врассыпную.	Ходьба и бег по кругу, с остановкой и поворотом в другую сторону.	Ходьба и бег врассыпную между мячами.	Ходьба и бег по кругу, вокруг кубиков в чередовании.
	<b>2-я часть: Общеразвивающие упражнения</b>	С платочками	С платочками	Без предметов	Без предметов
	<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по доске (ширина 15 см). 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	1. Спрыгивание со скамейки (высота 10см) на резиновую дорожку. 2. Катание мячей в прямом направлении и бег за ними.	1. Катание мячей в ворота друг другу (расст. между детьми 1,5- 2 м). 2. Подлезание под 2 – 4 дуги (высота 50см).	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола (высота 50см). 2. Ходьба по доске, руки на поясе.
	<b>Подвижные игры</b>	«Наседка и цыплята»	«Поезд»	«Птица и птенчики»	«Воробышки и кот»
	<b>3-я часть:</b>	«Лошадки»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	«Каравай»



Месяц	Цель	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
<b>ЯНВАРЬ</b>	<b>Номер занятия</b>	<b>Занятия 1 - 2</b>	<b>Занятия 3 - 4</b>	<b>Занятия 5- 6</b>	<b>Занятия 7 - 8</b>
	<b>Задачи</b>	Познакомить: - с перестроением и ходьбой парами; - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске. Упражнять в прыжках, продвигаясь вперёд.	Учить: - ходить и бегать врассыпную при спрыгивании; - мягкому приземлению на полусогнутые ноги; - прокатывать мяч вокруг предмета.	Упражнять: - в ходьбе парами и беге врассыпную; - прокатывать мяч друг другу; - подлезать под дугу, не касаясь руками пола.	Упражнять: - в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; - подлезать под шнур, не касаясь руками пола. Формировать правильную осанку при ходьбе по доске.
	<b>1-я часть: Вводная</b>	Ходьба парами, ходьба и бег врассыпную.	Ходьба и бег врассыпную в чередовании.	Ходьба парами, бег врассыпную.	Ходьба и бег с остановкой на сигнал «стоп».
	<b>2-я часть: Общеразвивающие упражнения</b>	Без предметов	Без предметов	С флажками	С флажками
	<b>Основные виды движений</b>	1. ходьба по доске (ширина 10см), руки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд.	1. спрыгивание со скамейки (высота 15см). 2. Прокатывание мяча вокруг предмета.	1. Катание мячей друг другу через ворота (расст. между детьми 1,5 – 2м). 2. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола. (высота 50см).	1. Подлезание под шнур (высота 40см), не касаясь руками пола. 2. Ходьба по доске, руки на поясе.
	<b>Подвижные игры</b>	«Кролики»	«Мой весёлый, звонкий мяч»	«Найди свой цвет»	«Мыши в кладовой»
	<b>3-я часть</b>	Ходьба в колонне по одному.	«Угадай, кто кричит?»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Месяц	Цели	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
<b>ФЕВРАЛЬ</b>	<b>Номер занятия</b>	<b>Занятия 1 - 2</b>	<b>Занятия 3 - 4</b>	<b>Занятия 5- 6</b>	<b>Занятия 7- 8</b>
	<b>Задачи</b>	Упражнять: - в ходьбе и беге врассыпную; - в прыжках из обруча в обруч. Учить ходить переменными шагами через шнур.	Упражнять: - в ходьбе и беге колонной по одному, выполняя задания; - в прокатывании мяча друг другу. Учить приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании.	Упражнять: - в ходьбе переменным шагом через шнуры; - в беге врассыпную; - бросать мяч через шнур; - подлезать под шнуром, не касаясь руками пола.	Упражнять: - в ходьбе колонной по одному, выполняя задания; - в беге врассыпную; - подлезать в обруч. не касаясь руками пола; - сохранять равновесие при ходьбе по доске.
	<b>1-я часть: Вводная</b>	Ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий («зайки» - прыгать на двух ногах; «лягушки» - присесть).	Ходьба в колонне по одному, перешагивая через шнуры переменным шагом, бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному, выполняя задания по команде («зайки» - прыгают; «лягушки»- приседают).
	<b>2-я часть: Общеразвивающие упражнения</b>	Без предметов	Без предметов	С погремушками	С погремушками
	<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба, перешагивая через шнуры переменным шагом. 2. Прыжки из обруча в обруч.	1. Спрыгивание со скамейки (высота 15см). 2. Прокатывание мячей друг другу (расст. 2м).	1. Бросание мяча через шнур двумя руками. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. (высота 50см).	1. Пролезание в 2 обруча, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по доске.
	<b>Подвижные игры</b>	«Птички в гнёздышках»	«Воробышки и кот»	«Найди свой цвет»	«Кролики»
	<b>3-я часть:</b>	Ходьба в колонне по одному.	«Угадай, кто кричит?»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Месяц	Цель	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
<b>МАРТ</b>	<b>Номер занятия</b>	<b>Занятия 1 - 2</b>	<b>Занятия 3 - 4</b>	<b>Занятия 5 - 6</b>	<b>Занятия 7 - 8</b>
	<b>Задачи</b>	Учить: - ходить и бегать по кругу; - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади; - мягко приземляться в прыжках с продвижением.	Упражнять в ходьбе и беге парами и беге врассыпную. Познакомить с прыжками в длину с места. Учить прокатывать мяч между предметами.	Упражнять: - в ходьбе и беге по кругу; - в ползании по доске на ладонях и коленях. Учить бросать мяч о землю и ловить его двумя руками.	Упражнять: - в ходьбе парами; в беге врассыпную; - в ходьбе с перешагиванием через брусок. Учить правильному хвату руками за рейки при влезании на наклонную лестницу.
	<b>1-я часть: Вводная</b>	Ходьба по кругу, по команде бег по кругу, с поворотом в другую сторону.	Ходьба и бег парами, бег врассыпную.	Ходьба и бег по кругу.	Ходьба парами, бег врассыпную.
	<b>2-я часть: Общеразвивающие упражнения</b>	С большим мячом	С большим мячом	Без предметов	Без предметов
	<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по шнуру, положенному прямо (длина 3м). 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (расст. 2м).	1. Прыжки в длину с места (расст. между шнурами 10см). 2. Прокатывание мяча между предметами.	1. Бросание мяча о землю двумя руками и ловля его. 2. Ползание по доске, погремать в погремушку.	1. Влезание на наклонную лестницу. 2. Ходьба с перешагиванием через бруски (расст. 20-25см).
	<b>Подвижные игры</b>	«Кролики»	«Поезд»	«По ровненькой дорожке»	«Найди свой цвет»
	<b>3-я часть:</b>	«Найди кролика»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Месяц	Цель	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
<b>АПРЕЛЬ</b>	<b>Номер занятия</b>	<b>Занятия 1 - 2</b>	<b>Занятия 3 - 4</b>	<b>Занятия 5- 6</b>	<b>Занятия 7 - 8</b>
	<b>Задачи</b>	Упражнять: - в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; - в прыжках в длину с места.	Упражнять: - ходить колонной по одному; - бегать врассыпную; - в прыжках с места. Продолжать учить приземляться одновременно на обе ноги, упражнять в бросании мяча о пол.	Упражнять: - ходить и бегать врассыпную; - бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; - ползать по доске.	Упражнять: - в ходьбе и беге колонной по одному; - влезать на наклонную лесенку; - в ходьбе по доске, формируя правильную осанку.
	<b>1-я часть: Вводная</b>	Ходьба и бег с остановкой по сигналу «стоп».	Ходьба с высоким подниманием колен – «лошадки», бег врассыпную.	Ходьба и бег врассыпную.	Ходьба и бег в колонне по одному.
	<b>2-я часть: Общеразвивающие упражнения</b>	С кубиком	С кубиком	С обручем	С обручем
	<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по скамейке (высота 25см). 2. Прыжки в длину с места (расст. между шнурами 10см).	1. Прыжки в длину с места (расст. между шнурами 15см). 2. Бросание мяча о пол двумя руками.	1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по скамейке, опираясь на ладони и колени.	1. Влезание на наклонную лесенку. 2. Ходьба по доске, руки на поясе.
	<b>Подвижные игры</b>	«Курочка-хохлатка»	«Найди свой цвет»	«Лягушки»	«Воробушки и автомобиль»
	<b>3-я часть:</b>	«Где цыплёнок?»	«Пройди тихо»	«Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному.

Месяц	Цель	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
<b>МАЙ</b>	<b>Номер занятия</b>	<b>Занятия 1 - 2</b>	<b>Занятия 3 - 4</b>	<b>Занятия 5- 6</b>	<b>Занятия 7 - 8</b>
	<b>Задачи</b>	Упражнять: - ходить и бегать по кругу; - сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре; - в перепрыгивании через шнур.	Упражнять: - ходить и бегать врассыпную; - в подбрасывании мяча; - учить приземляться на носочки в прыжках в длину с места.	Упражнять: - ходить колонной по одному, выполняя задания по сигналу; - бегать врассыпную; - учить подбрасывать мяч вверх и ловить его; - в ползании по скамейке на ладонях и коленях.	Упражнять: - в ходьбе, отрабатывая переменный шаг и координацию движений, и беге врассыпную; - в равновесии. Закреплять умение влезать на наклонную лесенку.
	<b>1-я часть: Вводная</b>	Ходьба и бег по кругу остановкой, в противоположную сторону.	Ходьба колонной по одному, ходьба и бег врассыпную.	Ходьба колонной по одному, выполняя задания: «лягушки» - присесть; «зайки-попрыгать.	Ходьба, перешагивая через шнуры, переменным шагом. Бег в колонне по одному.
	<b>2-я часть: Общеразвивающие упражнения</b>	Без предметов	Без предметов	С большим мячом	С большим мячом
	<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по скамейке, руки в стороны (высота 30см). 2. Перепрыгивание через шнуры (расст. между ними 30- 40см).	1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками и ловля его. 2. Прыжки в длину с места (расст. между шнурами 15см).	1. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по скамейке на ладонях и коленях	1. Влезание на наклонную лесенку, не пропуская реек. 2. Ходьба по доске, руки на поясе.
	<b>Подвижные игры</b>	«Мыши в кладовой»	«Огуречик, огуречик»	«Воробышки и кот»	«Найди свой цвет»,
	<b>3-я часть:</b>	«Найди цыпленка»	«Угадай, кто позвал?»	Ходьба в колонне по одному.	«Каравай»

