**Календарно-тематическое планирование по физической культуре в младшей группе**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **месяц** | **Тема** | **Целевые ориентиры** | **Методическое обеспечение** |
| **сентябрь** | 1. Ориентировка в пространстве, ходьба по уменьшенной площади опоры. | Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. | Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», вторая младшая группа, с. 23-24 |
| 2. Ходьба и бег в прямом направлении. Прыжки на двух ногах. | Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте. | Л.И. Пензулаева с. 24-25№2 |
| 3.Действие по сигналу воспитателя. Отталкивание мяча при прокатывании. | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить, энергично отталкивать мяч при прокатывании. | Л.И. Пензулаева с. 25-26.№3 |
| 4.Ориентировка в пространстве. Лазание под шнур. | Развивать ориентировку в пространстве; группироваться при лазании под шнур. | Л.И. Пензулаева с. 26-27№4. |
| 5.На воздухе | Игровые упражнения с мячом, на равновесие | Л.И. Пензулаева с. 27-28. |
| 6. На воздухе | Подвижные игры с мячом. | Л.И. Пензулаева с. 27-28. |
| **октябрь** | 1.Равновесие. Прыжки. | Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. | Л.И. Пензулаева с. 28№5 |
| 2.Прыжки. Отталкивание мяча при прокатывании. | Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу. | Л.И. Пензулаева с. 29.№6 |
| 3.Ходьба и бег. Ползание. | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом. | Л.И. Пензулаева с. 30-31№7 |
| 4.Координация движений. Ползание на четвереньках. Равновесие. | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии. | Л.И. Пензулаева с. 31-32№8 |
| 5.Ходьба и бег. Подпрыгивание на двух ногах на месте. | Учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади. | Л.И. Пензулаева |
| 6.Прыжки.Отталкивание мяча при прокатывании. | Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу. | Л.И. Пензулаева с. 29№6 |
| 7.Ориентировка в пространстве. Подлезание под шнур. | Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур. | Л.И. Пензулаева с. 26№4 |
| 8.Равновесие. Ползание на четвереньках. | Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади и ползании на четвереньках. | Л.И. Пензулаева |
| 9. На воздухе | Игровые упражнения. Подвижные игры с мячом. | Л.И. Пензулаева с. 32-33 |
| 10. На воздухе | Игровые упражнения ( ходьба и бег между двумя линиями) | Л.И. Пензулаева с. 32-33 |
| 11. На воздухе | Игровые упражнения: прыжки(прыжки через шнур, положенный на пол, землю); с мячом. | Л.И. Пензулаева с. 32-33 |
| 12. На воздухе | Игровые упражнения с мячом. | Л.И. Пензулаева с. 32-33 |
| **ноябрь** | Прыжки на полусогнутые ноги. Равновесие. | Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. | Л.И. Пензулаева с. 33-34№9 |
| 2.Ходьба в колонне по одному с заданием. Прыжки из обруча в обруч. Прокатывание мяча друг другу. | Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер. | Л.И. Пензулаева с. 34-35№10 |
| 3.Прокатывание мяча между предметами. Ползание. | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. | Л.И. Пензулаева с. 35-36№11 |
| 4.Ползание. Равновесие. | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии. | Л.И. Пензулаева с. 37-38№12 |
| 5.Равновесие. Прыжки на полусогнутые ноги. | Упражнять в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. | Л.И. Пензулаева с. 33-34 |
| 6.Прыжки из обруча в обруч. Прокатывание мяча друг другу. | Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер. | Л.И.Пензулаева с.34-35 |
| 7.Ползание. Прокатывание мяча. | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. | Л.И. Пензулаева с. 25-26 |
| 8.Ползание. Равновесие. | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии. | Л.И. Пензулаева с. 37-38 |
| 9. На воздухе | Игровые упражнения: лазание, равновесие. | Л.И. Пензулаева с. 38 |
| 10. На воздухе | Игровые упражнения: равновесие, прыжки. | Л.И. Пензулаева с. 38 |
| 11. На воздухе | Игровые упражнения: прыжки. Подвижные игры. | Л.И. Пензулаева с. 38 |
| 12. На воздухе | Игровые упражнения с мячом. Подвижные игры. | Л.И. Пензулаева с. 38 |
| **декабрь** | 1.Ходьба и бег врассыпную. Ориентировка в пространстве. Прыжки. | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. | Л.И. Пензулаева с. 38-39№13 |
| 2.Прыжки со скамейки. Прокатывание мяча. | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча. | Л.И. Пензулаева с. 40-41№14 |
| 3.Прокатывание мяча между предметами. Лазание под дугу. | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умение группироваться при лазании под дугу. | Л.И. Пензулаева с. 41-42№15 |
| 4.Ползание на повышенной опоре . Равновесие. | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске. | Л.И. Пензулаева с. 42-43№16 |
| 5.Ориентировка в пространстве. Прыжки. | Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. | Л.И. Пензулаева с. 38-39 |
| 6.Прыжки со скамейки. Прокатывание мяча. | Закреплять умение ходить и бегать выполняя задания; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча. | Л.И. Пензулаева с. 40-41 |
| 7.Прокатывание мяча между предметами. Лазание под дугу. | Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умение группироваться при лазании под дугу. | Л.И. Пензулаева с. 41-42 |
| 8Ползание на повышенной опоре. Равновесие. | Закреплять умение ходить и бегать врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске. | Л.И. Пензулаева с. 42-43 |
| 9. На воздухе | Игровые упражнения: подлезание-( пролезь в норку) и т.д. | Л.И. Пензулаева с.43 |
| 10. На воздухе | Игровые упражнения на равновесие. | Л.И. Пензулаева с.43 |
| 11. На воздухе | Игровые упражнения: прыжки. Подвижные игры с прыжками и бегом. | Л.И.Пензулаева с.43 |
| 12. На воздухе | Игровые упражнения с мячом. | Л.И.Пензулаева с.43 |
| **январь** | 1.Равновесие. Прыжки на двух ногах. | Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд. | Л.И. Пензулаева с. 43-44№17 |
| 2.Прыжки на двух ногах между предметами. Прокатывание мяча. | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер. | Л.И. Пензулаева с. 45-46№18 |
| 3.Катание мяча друг другу. Ползание. | Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений. | Л.И. Пензулаева с. 46-47№19 |
| 4.Ходьба по уменьшенной площади опоры. Ползание под дугу не касаясь руками пола. | Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола ; сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | Л.И. Пензулаева с. 47-48№20 |
| 5.Равновесие. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд. | Закреплять умение сохранять равновесие на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд. | Л.И. Пензулаева с. 43-44 |
| 6.Прыжки на двух ногах между предметами. Прокатывание мяча. | Продолжать совершенствовать ходьбу колонной по одному, бег врассыпную; прыжки на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер. | Л.И. Пензулаева с. 45-46 |
| 7. На воздухе | Игровые упражнения: ползание не касаясь руками пола. Подвижные игры с бегом, прыжками. | Л.И.Пензулаева с.49-50 |
| 8. На воздухе | Упражнения : ходьба по доске, прыжки со скамейки, прыжки на месте. С мячом-катание в ворота; в прямом направлении, вокруг предметов. Подвижные игры. | Л.И.Пензулаева с.49-50 |
| 9. На воздухе | Игровые упражнения: прыжки продвигаясь вперёд; прыжки со скамейки; прыжки вокруг предметов. С мячом- катание между предметами, вокруг предметов. Подвижные игры. | Л.И.Пензулаева с.49-50 |
| **февраль** | 1.Координация движений. Прыжки, с продвижением вперёд. | Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперёд. | Л.И. Пензулаева с. 50№21 |
| 2.Прыжки с высоты. Упражнения с мячом. | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом. | Л.И. Пензулаева с. 51-52№22 |
| 3.Бросание мяча через шнур. Ползание под шнур, не касаясь руками пола. | Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола. | Л.И. Пензулаева с. 52-53№23 |
| 4Лазание. Равновесие. | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнения в равновесии. | Л.И. Пензулаева с. 53-54№24 |
| 5.Прыжки из обруча в обруч. Ходьба переменным шагом через шнур. | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; прыжках из обруча в обруч. Учить ходить переменными шагами через шнур. | Л.И. Пензулаева |
| 6.Бросание мяча через шнур. Подлезание под шнуром. | Упражнять в ходьбе переменным шагом через шнуры; в беге врассыпную; бросать мяч через шнур; подлезать под шнуром, не касаясь руками пола. | Л.И. Пензулаевас.52-53 |
| 7.Пролезание в обруч. Равновесие. | Продолжать упражнять в ходьбе колонной по одному, выполняя задания; в беге врассыпную; учить пролезать в обруч, не касаясь руками пола; сохранять равновесие при ходьбе по доске. | Л.И. Пензулаева |
| 8.Ловля мяча. Ползание на четвереньках. | Упражнять в ходьбе колонной по одному; ловить мяч, брошенный воспитателем и обратно; ползать на четвереньках. | Л.И. Пензулаева |
| 9. На воздухе | Игровые упражнения :подлезание, катание мячей в прямом направлении.  | Л.И.Пензулаева с. 54 |
| 10. На воздухе | Игровые упражнения: равновесие. Подвижные игры. | Л.И.Пензулаева с. 54 |
| 11. На воздухе | Игровые упражнения: прыжки- из ямки в ямку, через шнуры; бросание снежков вдаль правой и левой рукой. | Л,И.Пензулаева с.54 |
| 12. На воздухе | Игровые упражнения: с мячом- бросание мяча вдаль из-за головы двумя руками; бросание снежков правой и левой рукой. | Л.И.Пензулаева с.54 |
| **март** | 1.Прыжки между предметами. Ходьба по ограниченной площади опоры. | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами. | Л.И. Пензулаева с. 54-55№25 |
| 2.Прыжки в длину с места. | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча. | Л.И. Пензулаева с. 56-57№26 |
| 3.Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками. Ползание на повышенной опоре. | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре. | Л.И. Пензулаева с. 57-58№27 |
| 4.Координация движений. Ползание. Равновесие. | Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. | Л.И. Пензулаева с. 58-59№28 |
| 5.Ползание по скамейке на ладонях и коленях. Бросание мяча. | Упражнять в ходьбе и беге по кругу; в ползании по скамейке на ладонях и коленях. Продолжать учить бросать мяч о землю и ловить двумя руками. | Л.И. Пензулаева |
| 6.Перешагивание через бруски. Влезание на наклонную лестницу. | Упражнять Ходьбе парами; в беге врассыпную; в ходьбе с перешагиванием через брусок. Учить правильному хвату за рейки при влезании на наклонную лестницу.  | Л.И. Пензулаева |
| 7.Прыжки в длину с места. Прокатывание мяча между предметами. | Упражнять в ходьбе и беге парами и беге врассыпную. Продолжать учить прыгать в длину с места. Закреплять умение прокатывать мяч между предметами. | Л.И. Пензулаева  |
| 8.Равновесие. Прыжки вперёд. | Упражнять в ходьбе и беге, выполняя задания. Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске. Продолжать упражнять в прыжках продвигаясь вперёд. | Л.И. Пензулаева |
| 9. На воздухе | Игровые упражнения: –лазание под шнур. Прыжки. Подвижные игры. | Л.И.Пензулаева с.59-60 |
| 10. На воздухе | Игровые упражнения: равновесие - ходьба по шнуру. Подвижные игры. | Л.И.Пензулаева с.59-60 |
| 11. На воздухе | Игровые упражнения. Подвижные игры. | Л.И.Пензулаева с.59-60 |
| 12. На воздухе | Подвижные игры. Игровые упражнения. | Л.И.Пензулаева с.59-60 |
| **Апрель** | 1.Упражнения с мячом. Прыжки. | Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом. | Л.И. Пензулаева с. 61-62№30 |
| 2.Прыжки через шнуры. Равновесие. | Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. | Л.И. Пензулаева с. 60-61№29 |
| 3.Упражнения в ползании и с мячом. | Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях. | Л.И. Пензулаева с. 62-63№31 |
| 4.Ползание между предметами. | Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. | Л.И. Пензулаева с. 63-64№32 |
| 5.Прыжки в длину с места. | Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; в прыжках в длину с места. | Л.И.Пензулаева |
| 6.Бросание мяча.  | Упражнять в ходьбе колонной по одному; беге врассыпную; прыжках с места. Продолжать учить приземляться одновременно на обе ноги, упражнять в бросании мяча о пол. | Л.И.Пензулаева |
| 7.Бросание мяча вверх. Ползание по доске. | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; бросании мяча вверх и ловле его двумя руками; ползании по доске. | Л.И.Пензулаева |
| 8.Влезание на наклонную лесенку.  | Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному; влезать на наклонную лесенку; в ходьбе по доске, формируя правильную осанку. | Л.И.Пензулаева |
| 9. На воздухе | Игровые упражнения: прыжки до кегли. Подвижные игры. | Л.И.Пензулаева стр.64-65 |
| 10. На воздухе | Игровые упражнения. Подвижные игры. | Л.И.Пензулаева стр.64-65 |
| 11. На воздухе | Подвижные игры. Игровые упражнения. | Л.И.Пензулаева стр.64-65 |
| 12. На воздухе | Подвижные игры: «Наседка и цыплята», «Сбей кеглю», Воробышки и кот», «Найди свой цвет». | Л.И.Пензлаева стр.64-65 |
| **май** | 1.Ориентировка в пространстве. | Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках. | Л.И. Пензулаева с. 65-66№33 |
| 2.Прыжки со скамейки. Прокатывание мяча. | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу. | Л.И. Пензулаева с. 66-67№34 |
| 3.Ползние по гимнастической скамейке. Бросание мяча вверх и ловля. | Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке. | Л.И. Пензулаева с. 67-68№35 |
| 4.Лазание по наклонной лесенке. | Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии. | Л.И. Пензулаева с. 68№36 |
| 5.На воздухе | Игровые упражнения на пройденный и освоенный материал». «Жуки» «Прокати - поймай». | Л.И.Пензулаева с.79 |
| 6. На воздухе | Подвижная игра «Найди свой цвет». | Л.И.Пензулаевас.79 |