

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 47 «Гусельки»

**Перспективное планирование физкультурных занятий
Возраст 2-3 года**

Составитель: Курбанова Яна Геннадьевна,
учитель (физическая культура)

г. Сургут

**Перспективное планирование физкультурных занятий
Возраст 2-3 года**

Месяц	Неделя	Тема	Содержание	Материалы и оборудование
Сентябрь	1-2	Занятие 1-2 «Ориентировка в пространстве Ходьба»	Обучать ходьбе по извилистой дорожке. Развивать внимание, чувство равновесия	Свисток; Гимнастические доски; Фишки;
		Занятие 3-4 «Прыжки»	Формировать умение прыгать на двух ногах на месте; проползать заданное расстояние; скатывать мяч с горки. Комплекс №1 с флажками.	Свисток; Конусы; Веревки.
		Занятие 5-6 «Ползание»	Обучать ползать на четвереньках Развивать внимание, умение выполнять построение, прыжки на двух ногах, развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях не мешая	Свисток; Мячи малые; Гимнастические палки; Шнур; Гимнастические стойки.
	3-4	Занятие 7-8 «Ходьба с предметами»	Формировать умение прыгать на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; Перепрыгивание веревки на месте и с продвижением вперед.	Свисток; Веревки; Гимнастические стойки.
		Занятие 9-10 «Ползание. Совершенствование	Совершенствовать умение проползать в вертикально стоящий обруч за игрушкой; прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю. Комплекс №1 с флажками.	Свисток; Конусы; Флажки; Обручи. Мячи.

		Занятие 11-12 «Прыжки. Совершенствование»	Совершенствовать умение прыгать на двух ногах, слегка продвигаясь вперед; проползать заданное расстояние. Комплекс №1 с мешочками.	Свисток; Конусы; Обручи; Мешочки;
Октябрь	1-2	Занятие 13-14. «Прыгай Выше»	Формировать умение подпрыгивать до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; подползать под веревку; прокатывать мяч одной и двумя руками. Комплекс № 1 с платочками.	Свисток; Мячи; Конусы; Маты; Обручи малые.
		Занятия 15-16. «Упражнение на координацию»	Упражнения в ходьбе и беге. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; ОРУ со шнурками, развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	Свисток; Мячи; Шнуры; Скамейки. Барьеры (малые)
		Занятие 17-18. «прокатывание мяча»	Обучать прокатывать мяч между предметами. Способствовать формированию умения отображать некоторые игровые действия и имитировать действия персонажей, передавать несложные эмоциональные состояния персонажей	Свисток; Конусы; Стойки; Мячи.
	3-4	Занятие 19-20. «Совершенствование прыжкам в высоту»	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; ОРУ со шнурками, развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	Свисток; Дуги; Шнурки; Скамья гимнастическая.

Ноябрь		Занятия 21-22. «Совершенствование упражнений на координацию»	Совершенствовать умение подпрыгивать до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; подползать под веревку; прокатывать мяч одной и двумя руками. Комплекс № 1 с платочками.	Свисток; Конусы; Веревка; Мячи; Платочки.
		Занятие 23-24. «Совершенствование прокатыванию мяча»	Совершенствовать прокатывать мяч между предметами, сидя на полу и стоя. Комплекс №1 с веревочками.	Свисток; Конусы; Мячи; Кегли; Веревки.
	1-2	Занятие 25-26 «в здоровом теле, здоровый дух!»	Совершенствовать в беге в разных направлениях. Развивать воображение, чувство равновесия Формировать начальные представления о здоровом образе жизни. Способствовать повышению мотивации занятиям физической культуры.	Свисток; Скамейки; Дуги; Мячи.
		Занятие 27-28 «Координация движений»	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий; ОРУ с мячами, прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги;	Свисток; Мячи; Обручи; Дуги
		Занятие 29-30 «Прыжки»	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. Формировать умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед (от одной игрушки к другой);	Свисток; Конусы; Обручи
	3-4	Занятие 31-32 «Ползания на четвереньках»	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений; упражнять в ползании.	Свисток; Конусы; обручи; Мягкая игрушка.

			проползать в два стоящих друг за другом обруча;	
		Занятие 33-34 «Работа с мячами»	Учить навыки выполнения движений с мячом, совершенствовать навыки владения мячом, развивать двигательную активность, развивать произвольное внимание. Воспитывать любовь к занятиям спортом, интерес к их результатам. Учить детей перепрыгивать через предметы	Свисток; Гимнастические шнуры; Мягкая игрушка
		Занятие 35-36 «прыжки с продвижением вперед»	Формировать умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед (от одной игрушки к другой); Комплекс № 2 на мягких модулях.	Свисток; Конусы; Гимнастические шнуры; Мягкая игрушка; Обручи.
Декабрь	1-2	Занятие 37-38 «Подвижные игры»	Упражнять детей действовать по сигналу педагога, бегать в разных направлениях одновременно всей группой, использовать всю площадь зала. Развивать и укреплять костно-связочный аппарат, мышечной системы, на формирование правильной осанки у детей, а также повысить функциональную деятельность организма.	Свисток; Мячи Конусы Обручи.
		Занятие 39-40 «Лазанье»	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	Свисток; Мячи большого диаметра; Дуги.
		Занятие 41-42 «Равновесие»	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, ОРУ с обручами, развивая	Свисток; Гимнастическая скамья; Обручи.

	3-4		ориентировку пространстве; в сохранении устойчивого равновесии.	
		Занятие 43-44 «Новогодние эстафеты»	Умение действовать детей по сигналу учителя, совершенствования у детей навыков бега, прыжков и перепрыгивания через препятствия. Воспитывать чувство коллективизма.	Свисток; Конусы; Стойки; Маты.
		Занятие 45-46 «в гостях у Деда Мороза»	Формировать умение проползать заданное расстояние до предмета; перепрыгивать через веревку, лежащую на полу; скатывать мяч с горки. Комплекс № 1 с кубами.	Свисток; Веревка; Конусы; Кубики.
		Занятие 47-48 «Подвижные игры»	Упражнять детей действовать по сигналу педагога, бегать в разных направлениях одновременно всей группой, использовать всю площадь зала. Развивать и укреплять костно-связочный аппарат, мышечной системы, на формирование правильной осанки у детей, а также повысить функциональную деятельность организма.	Свисток; Мячи Конусы Обручи.
Январь	1-2	Занятие 49-50 «Равновесие»	Содействовать формированию правильных навыков выполнения основных видов движений. Обеспечивать про порционное развитие всех мышечных групп	Свисток; Фит-Боллы; Обручи средние.
		Занятие 51-52 «Ходьба»	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Свисток; Малые и средние мячи; Конусы.
		Занятие 53-54 «Перепрыгивания»	Развивать умение ориентироваться в пространстве и умение бегать в определенном направлении. Развивать быстроту реакции. Поддерживать интерес к	Свисток; Гимнастический шнур; Гимнастический мостик.

			двигательным действиям.	
		Занятие 55-56 «Подлазание»	Повторить ходьбу по кругу с предметами в руках. ОРУ с мешочками (комплекс №1). Упражнять детей подлазанию под барьер, скамейку. Поддерживать интерес к двигательной деятельности.	Свисток; Скамейка; Барьеры; конусы; Мешочки.
		Занятия 57-58 «Лазание-Перелазание»	Упражнения в ходьбе и беге. ОРУ с массажными мячами. Учить перелазанию через скамью и по ней.	Свисток; Конусы; Скамья; Массажные мячи.
		Занятие 59-60 «Равновесие»	Содействовать формированию правильных навыков выполнения основных видов движений. Обеспечивать пропорциональное развитие всех мышечных групп. Выполнять упражнения на равновесие с гимнастической палкой.	Свисток; Конусы; Гимнастическая палка; Скамья; Мяч.
Февраль	1-2	Занятие 61-62 «Бег к фишкам»	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений Учить детей различать и запоминать цвета при помощи разноцветных (фишек, конусов, кеглей) Бег к фишкам, повторить прыжки с продвижением вперед.	Свисток; Фишки; Конусы; Кегли.
		Занятие 63-64 «Бросание мяча»	Упражнять детей в ходьбе змейкой между предметами, развивая координацию движений разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание через шнур, не касаясь руками пола.	Свисток; Фит Боллы; Конусы; Шнуры; Мячи..
		Занятие 65-66 «Прыжки с высоты»	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты с мягкого приземления на полусогнутые	Свисток; Маты; Мячи;

	3-4		ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	Конусы.
		Занятие 67-68 «Праздничные эстафеты»	Умение действовать детей по сигналу учителя, совершенствования у детей навыков бега, прыжков и прыжков. Воспитывать чувство коллективизма.	Свисток; Гимнастические доски шириной 25см; Фишки; Мячи малые.
		Занятие 69-70 «в гостях у Мишки»	Ходьба с препятствиями (кочки, дорожка массажная). Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся в выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; подползание под двумя барьерами, стоящими рядом; ловля мяча, брошенного воспитателем.	Свисток; Кубики; Стойки; Барьеры;
		Занятие 71-72 «подвижные игры»	Упражнять детей действовать по сигналу педагога, бегать в разных направлениях одновременно всей группой, использовать всю площадь зала. Развивать и укреплять костно-связочный аппарат, мышечной системы, на формирование правильной осанки у детей, а также повысить функциональную деятельность организма.	Свисток; Конусы; Мячи;
Март	1-2	Занятие 73-74 «В лес по тропинке. Ходьба»	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	Свисток; Набивные мячи; Гимнастические ленты; Гимнастические доски (шириной 25см).
		Занятие 75-76 «Прыжки в длину»	Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	Свисток; Фит-Болл; Маты.

	3-4	Занятие 77-78 «Координация движений в равновесии»	Развивать координацию движений в ходьбе и беге змейкой между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия с различными положениями рук, при ходьбе на повышенной опоре.	Свисток; Кубики; Стойки; Барьеры; Гимнастическая скамья.
		Занятие 79-80 «Ловля мяча»	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	Свисток; Мячи; Фишки; Конусы.
		Занятие 81-82 «Попади в цель»	Бросание мяча воспитателю; бросания мяча в корзину с расстояния проползание заданного расстояния; перепрыгивание через веревку, лежащую на полу. Комплекс №1 с флажками.	Свисток; Мячи; Флажки; Конусы
		Занятие 83-84 «Ползанье»	Проползание заданного расстояния до предмета; прыжки на двух ногах с места как можно дальше; катание мяча между предметами. Комплекс №2 с флажками.	Свисток; Мячи; Флажки; Конусы; Барьеры.
Апрель	1-2	Занятие 85-86 «Ходьба на повышенной опоре»	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Свисток; Кубики; Флажки; Гимнастические доски;
		Занятие 87-88 «Равновесие»	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ОРУ с мячами, повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Свисток; Мячи; Кегли; Фишки; Скамья.
		Занятие 89-90 «Катание мяча»	Обучать катать обруч друг другу. Развивать точность приземления. Закрепить навыки ходьбы змейкой. Закреплять умение прокатывать мяч друг другу в разных;	Свисток; Обручи; Мячи; Маты.

	3-4		развевать точность направления движений; упражнять в прыжках; воспитывать интерес к занятиям.	
		Занятие 91-92 «Подвижные игры»	Повторить ходьбу между предметами и на ограниченной опоре. Упражнять детей действовать по сигналу. Повторить работу с мечами. Учить держать равновесие прохождении по скамье с различными положениями рук и с мешочками.	Свисток; Скамейка; Маты; Конусы; Мешочки с песком. .
		Занятие 93-94 «Ползания»	Обучить группировки в лазанье под дугой. Развивать точность приземления. Закрепить навыки ходьбы змейкой. Катания обруча друг от друга. Упражнять в прыжках. Воспитывать интерес к занятиям физической культуры.	Свисток; Маты; Стойки; Фишки
		Занятие 95-96 «Ходьба на повышенной опоре»	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Свисток; Кубики; Флажки; Гимнастические доски
Май	1-2	Занятие 97-98 «Праздничные эстафеты»	Умение действовать детей по сигналу учителя, совершенствования у детей навыков бега, прыжков и прыжков. Воспитывать чувство коллективизма.	Свисток; Маты; Конусы; Мячи.
		Занятие 99-100 «Прыжки через болота»	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги. Закрепить навыки перепрыгивания на двух ногах через предметы, развивать навыки челночного бега, передачи мяча. Приобщать детей к здоровому образу	Свисток; Обручи; Гимнастические шнуры; Мячи среднего диаметра.

	3-4		жизни и совместному выполнению оздоровительных процедур .	
		Занятие 101-102 «Ходьба»	Повторить ходьбу и бег врассыпную, Повторить ОРУ с предметами. Создание условий для снижения детского травматизма на дорогах. Учить детей различать проезжую часть дороги и место перехода «Зебра». Учить детей понимать значение зеленого и красного сигналов светофора. Развивать умение ориентироваться в пространстве, внимание, уверенность в своих действиях.	Свисток; Кубики; Конусы; Маты.
		Занятие 103-104 «	Повторить упражнения в ходьбе и беге. Повторить подползание под гимнастическую палку; прыжки с места на двух ногах до зрительного ориентира; прокатывание мячей поочередно правой и левой рукой между предметами.	Свисток; Гимнастическая палка; Мячи; Конусы.
		Занятие 105-106 «Скоро лето!»	Ходьба и бег в движении с заданиями. Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу; подползание под скамейку; бросание мяча взрослому. Комплекс №2 на мягких модулях.	Свисток; Конусы; Скамья; Мячи; Веревка.
		Занятия 107-108 «подвижные игры»	Упражнять детей действовать по сигналу педагога, бегать в разных направлениях одновременно всей группой, использовать всю площадь зала. Развивать и укреплять костно-связочный аппарат, мышечной системы, на	Свисток; Конусы; Мячи;

			формирование правильной осанки у детей, а также повысить функциональную деятельность организма	
--	--	--	---	--