**Планирование физкультурных занятий во второй младшей группе на 2021-2022 гг.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №Зан. | Да-та | Задачи | Содержание | Литература | Примечание  |

**Сентябрь**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 4 | Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. | **І часть.** Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении за воспитателем. Подвижные игры «Пойдем в гости», «Дождик пошел»**ІІ часть.** Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см)Подвижная игра «Бегите ко мне!»**ІІІ часть.** Ходьба стайкой за воспитателем в обход зала. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 23 |  |
| 2 | 6 | Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте. | **І часть.** Ходьба и бег всей группой за воспитателем.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения без предметов.Основные виды движений:* Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза);
* Бег по залу (Игровое задание «Птички»).

**ІІІ часть.** Игровое задание «Найдем птичку». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 24 |  |
| 3 | 11 | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании. | **І часть.** Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения с мячом.Основные виды движений:* Прокатывание мячей;
* Подвижная игра «Кот и воробышки».

**ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 25 |  |
| 4 | 13 | Развивать ориентировку в простран­стве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазанье под шнур. | **І часть.** Ходьба и бег по кругу.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения с ку­биками.*Основные виды движений:*ползание с опорой на ладони и колени;Подвижная игра «Быстро в домик».**ІІІ часть.** Игра «Найдем жучка». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 26 |  |
| 1 нед. | 18 | Закреплять ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях, совершенствовать игровые упражнения с мячом. | Игровые упражнения с мячом: прокати мяч, броски вперед и т.д.Игры с бегом «Догоните меня», «Бегите ко мне». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 27 |  |
| 2 нед. | 20 | Закреплять ходьбу по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. | Игровые упражнения на равновесие – «Пойдем по мостику».Подвижные игры с мячом и прыжками. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 28 |  |
| 3 нед. | 25 | Совершенствовать игровые упражнения с мячом. | Игровые упражнения с мячами – катание мячей в прямом направлении, друг другу, бросание мячей вперед. Подвижные игры «Пузырь», «Мой веселый звонкий мяч», «Найди свой домик». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 28 |  |
| 4 нед. | 27 | Совершенствовать ориентировку в простран­стве, умение действовать по сигналу. | Игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 28 |  |

**Октябрь**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 5 | 2 | Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. | 1. **часть.** Ходьба в колонне по одному.
2. **часть.** Общеразвивающие упражнения. *Основные виды движений:*

• упражнение в сохранении равновесия «Пой­дем по мостику»;* прыжки;
* подвижная игра «Догони мяч».

**ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному с мячом в руках. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 28 |  |
| 6 | 4 | Упражнять в прыжках с приземлени­ем на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу. | 1. **часть.** Ходьба и бег по кругу.
2. **часть.** Общеразвивающие упражнения.

*Основные виды движений:** прыжки из обруча в обруч;
* прокатывание мяча друг другу (игра «Прока­ти мяч»);
* бег по залу в разных направлениях (игра «Лов­кий шофер»).

**ІІІ часть.** Игровое задание «Машины поехали в гараж». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 29 |  |
| 7 | 9 | Упражнять детей в ходьбе и беге с ос­тановкой по сигналу; в ползании. Раз­вивать ловкость в игровом задании с мячом. | 1. **часть.** Ходьба в колонне по одному, врассып­ную, по залу.
2. **часть.** Общеразвивающие упражнения с мя­чом.

*Основные виды движений:*•прокатывание мячей в прямом направлении (игровое упражнение «Быстрый мяч»);•ползание между предметами, не задевая их (игровое упражнение «Проползи — не задень»);• подвижная игра «Зайка серый умывается».**III часть.** Игра «Найдем зайку». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 30 |  |
| 8 | 11 | 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. | 1. **часть.** Ходьба в колонне по одному по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитате­ля; бег по кругу с поворотом.
2. **часть.** Общеразвивающие упражнения на стульчиках.

*Основные виды движений:** ползание «Крокодильчики» (ползание под шнур, натянутый на высоте 50 см от пола);

• упражнение в сохранении равновесия «Про­беги — не задень» (ходьба и бег между предметами (5—6 шт.), положенными в одну линию на расстоя­нии 50 см друг от друга);* подвижная игра «Кот и воробышки».

**III часть.** Ходьба в колонне по одному за самым ловким «котом». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 31 |  |
| 1 нед. | 16 | Совершенствовать ловкость в игровых заданиях с мячом. | Игровые упражнения «Мышки», «Цыплята» (высота шнура 50-60 см); с мячом – докати мяч до кегли. Подвижные игры «Мой веселый звонкий мяч», «Поймай комара», «Бегите ко мне». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 32 |  |
| 2 нед. | 18 | Продолжать развивать прыжки с приземлени­ем на полусогнутые ноги. | Игровые упражнения «Пойдем по мостику», «Побежим по дорожке», «Попрыгаем, как зайки».Подвижные игры «Поезд», «Кот и воробышки», «Найди свой домик». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 33 |  |
| 3 нед. | 23 | Совершенствовать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. | Игровые упражнения: прыжки – «перепрыгнем канавку»; с мячом «докати до кегли», «чей мяч дальше!»Подвижные игры «Поезд», «Найдем игрушку». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 33 |  |
| 4 нед. | 25 | Продолжать упражнять в прыжках с приземлени­ем на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу. | Игровые упражнения с мячом – катание мячей друг другу, «Прокати мяч по дорожке». Прыжки с продвижением вперед.Подвижные игры «Поймай комара», «Догони мяч», «По мостику», «Наседка и цыплята». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 33 |  |
| 4 нед. | 30 | Продолжать развивать прыжки с приземлени­ем на полусогнутые ноги. Совершенствовать ловкость в игровых заданиях с мячом. | Игровые упражнения: прыжки – «перепрыгнем канавку»; с мячом «докати до кегли», «чей мяч дальше!»Подвижные игры «Мой веселый звонкий мяч», «Поймай комара», «Бегите ко мне». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 33 |  |

**Ноябрь**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 9 | 1 | Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опо­ры, в приземлении на полусогнутые но­ги в прыжках. | **І часть.** Игровое здание «Веселые мышки». Ходьба в колонне по одному. Бег.**ІІ часть** Общеразвивающие упражнения с лен­точками.*Основные виды движений:* • упражнение в сохранении равновесия «В лес по тропинке» (ходьба в умеренном темпе сначала по одной доске, затем по другой, положенным па­раллельно друг другу (ширина 25 см, длина 2—3 м);* прыжки на двух ногах «Зайки — мягкие ла­почки»;
* подвижная игра «Ловкий шофер».

**ІІІ часть.** Игра «Найдем зайчонка». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 33 |  |
| 10 | 6 | 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. | **І часть.** Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, широким свободным шагом.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения с об­ручем.*Основные виды движений:** прыжки «Через болото»;
* прокатывание мячей «Точный пас»;
* подвижная игра «Мыши в кладовой».

**ІІІ часть.** Игра «Где спрятался мышонок?». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 34 |  |
| 11 | 8 | Развивать умение действовать по сиг­налу воспитателя; развивать координа­цию движений и ловкость при прокаты­вании мяча между предметами; упраж­нять в ползании. | **І часть.** Игровое упражнение «Твой кубик» (ходьба и бег по кругу).**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения.*Основные виды движений:*• игровое задание с мячом «Прокати — не за­день» (прокатывание мяча между предметами);* игровое упражнение «Проползи — не задень» (ползание на четвереньках (с опорой на ладони и колени) между предметами, не задевая их;
* игровое задание «Быстрые жучки» (ползание);
* подвижная игра «По ровненькой дорожке».

**ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному или игра малой подвижности (по выбору детей). | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 35 |  |
| 12 | 13 | Упражнять детей в ходьбе с выполне­нием заданий, развивая внимание, ре­акцию на сигнал воспитателя; в полза­нии, развивая координацию движений; в равновесии. | **І часть.** Ходьба в колонне по одному с выполне­нием задания, бег в колонне по одному. **ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения с флажками.*Основные виды движений:** ползание (игровое задание «Паучки»);
* упражнение в сохранении равновесия;
* подвижная игра «Поймай комара».

**ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному за «ко­маром». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 37 |  |
| 1 нед. | 15 | Совершенствовать лазание под предмет | Игровые упражнения: лазание под дугу; с мячом – «Прокати мяч и доползи», «Прокати мяч и догони; равновесие – «Пробеги по мостику».Подвижные игры «Мыши в кладовой», «Поезд», «По ровненькой дорожке». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 38 |  |
| 2 нед. | 20 | Продолжать развивать координа­цию движений | Игровые упражнения: равновесие – ходьба из обруча в обруч; прыжки – «Перепрыгни из ямки в ямку»Подвижные игры «Наседка и цыплята», «Догони мяч». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 38 |  |
| 3 нед. | 22 | Совершенствовать приземление на полусогнутые ноги. | Игровые упражнения: прыжки – до кубика, до обруча, до игрушки; с мячом – «Прокати мяч до кегли и сбей её».Подвижные игры «Поймай комара», «Кот и мыши», «Найди свой домик». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 38 |  |
| 4 нед. | 27 | Продолжать упражнять детей в про­катывании мяча друг другу, развивая ко­ординацию движений и глазомер. | Игровые упражнения с мячом – катание мячей в парах.Подвижные игры «Поймай комара», «Пузырь», «Зайка серый умывается». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 38 |  |
| 4 нед. | 29 | Продолжать упражнять детей в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер. | Игровые упражнения с мячом – катание мячей в парах.Подвижные игры «Поймай комара», «Пузырь», «Зайка серый умывается». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 38 |  |

**Декабрь**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 13 | 4 | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. | **І часть.** Ходьба в колонне по одному.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения с кубиками*Основные виды движений:** игровое упражнение в сохранении равновесия «Пройди — не задень» (ходьба между кубиками, расставленными в две линии на расстоянии 40 см друг от друга);

• прыжки на двух ногах (игровое упражнение «Лягушки-попрыгушки»);* подвижная игра «Коршун и птенчики».

**III часть.** Ходьба в колонне по одному. Игра «Найдем птенчика». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 38 |  |
| 14 | 6 | Упражнять в ходьбе и беге с выполне­нием заданий; в приземлении на полу­согнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча. | 1. **часть.** Ходьба в колонне по одному, ходьба врассыпную, бег врассыпную.
2. **часть.** Общеразвивающие упражнения с мячом. *Основные виды движений:*
3. **часть.** Прыжки со скамейки (высота 20 см) на резино­вую дорожку или мат;
4. **часть.** Прокатывание мячей друг другу.

Подвижная игра «Найди свой домик». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 40 |  |
| 15 | 11 | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предмета­ми, умении группироваться при лазанье под дугу. |  **І часть.** Ходьба и бег в колонне по одному.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения с ку­биками.*Основные виды движений:*прокатывание мяча между предметами, распо­ложенными в 50—60 см друг от друга (игровое за­дание «Не упусти!»);• ползание под дугу «Проползи — не задень» (высота 50 см);подвижная игра «Лягушки».**III часть.** Игра малой подвижности «Найдем ля­гушонка». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 41 |  |
| 16 | 13 | Упражнять детей в ходьбе и беге врас­сыпную, развивая ориентировку в про­странстве; упражнять в ползании на по­вышенной опоре и сохранении равно­весия при ходьбе по доске. | **І часть.** Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения на стульчиках.*Основные виды движений:** ползание по доске с опорой на ладони и коле­ни (игровое упражнение «Жучки на бревнышке»);
* упражнение в сохранении равновесия. Ходьба по доске в умеренном темпе боком приставным ша­гом (игровое упражнение «Пройдем по мостику»);

Подвижная игра «Птица и птенчики».**III часть.** Игра малой подвижности «Найдем птенчика». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 42 |  |
| 1 нед. | 18 | Совершенствовать умение группироваться при лазанье под дугу. | Игровые упражнения: подлезание – «Пролезть в норку», равновесие – «пройти по дорожке», с мячом – «Прокати и догони мяч».Подвижные игры: «Найди свой домик», «Бегите ко мне» | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 43 |  |
| 2 нед. | 20 | Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве | Игровые упражнения на равновесие, прыжки из обруча в обруч.Подвижные игры: «Наседка и цыплята», «Пузырь», «Воробышки и кот». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 43 |  |
| 3 нед. | 25 | Продолжать упражнять в ходьбе и беге с выполне­нием заданий; в приземлении на полу­согнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча. | Игровые упражнения: прыжки – спрыгивание со скамейки; с мячом - прокатывание между предметами, друг другу, в прямом направлении.Подвижные игры с прыжками и бегом. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 43 |  |
| 4 нед. | 27 | Совершенствовать умение группироваться при лазанье под дугу. | Игровые упражнения: подлезание – «Пролезть в норку», равновесие – «пройти по дорожке», с мячом – «Прокати и догони мяч».Подвижные игры: «Найди свой домик», «Бегите ко мне» | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 43 |  |

**Январь**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 17 | 10 | Повторить ходьбу с выполнением за­дания; упражнять в сохранении равно­весия на ограниченной площади опо­ры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. | **І часть.** Ходьба в колонне по одному.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения с пла­точками.*Основные виды движений:** упражнение в сохранении равновесия «Прой­ди — не упади» (ходьба по доске (ширина 15 см) в умеренном темпе, свободно балансируя руками;
* прыжки на двух ногах с приземлением на по­лусогнутые ноги «Из ямки в ямку»;
* подвижная игра «Коршун и цыплята».

**ІІІ часть.** Игра малой подвижности «Найдем цыпленка?». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 43 |  |
| 18 | 15 | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыж­ках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер. | 1. **часть.** Игровое упражнение «На полянке». Ходьба по периметру зала и врассыпную по всей «полянке», бег врассыпную.
2. **часть.** Общеразвивающие упражнения с обручем.

*Основные виды движений:** прыжки на двух ногах между предметами, рас­положенными на расстоянии 50 см друг от друга; прокатывание мяча между предметами (игровое упражнение «Зайки-прыгуны»);

 **ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 45 |  |
| 19 | 17 | 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. | 1. **часть.** Ходьба и бег вокруг кубиков.
2. **часть.** Общеразвивающие упражнения с ку­биком.

*Основные виды движений:** прокатывание мяча друг другу (игровое упраж­нение «Прокати — поймай»);
* ползание на четвереньках с опорой на ладони и стопы (игровое упражнение «Медвежата»);
* подвижная игра «Найди свой цвет».

 **ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 46 |  |
| 20 | 22 | Повторить ходьбу с выполнением за­даний. Упражнять в ползании под ду­гу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | 1. **часть.** «Лягушки и бабочки». Ходьба в колонне по одному, бег в колонне по одному в обе стороны.
2. **часть.** Общеразвивающие упражнения. *Основные виды движений:*
* ползание под дугу, не касаясь руками пола; •упражнение в сохранении равновесия «По

тропинке» (ходьба по доскам-«тропинкам» (ши­рина 20 см), свободно балансируя руками;* подвижная игра «Лохматый пес».

 **ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 47 |  |
| 1 нед. | 24 | Совершенствовать прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. | Игровые упражнения: ползание, не касаясь руками пола; ходьба по доске; катание мячей друг другу в прямом направлении; прыжки через шнур, из обруча в обруч. Подвижные игры с бегом, прыжками. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 49 |  |
| 2 нед. | 29 | Продолжать упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную. | Упражнения: ходьба по доске, прыжки со скамейки, прыжки на месте. С мячом - катание в ворота; в прямом направлении, вокруг предметов.Подвижные игры: «Лохматый пёс», «Наседка и цыплята», «Найди свой домик». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 49 |  |
| 3 нед. | 31 | Продолжать упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыж­ках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер. | Игровые упражнения: прыжки, продвигаясь вперед; прыжки со скамейки; прыжки вокруг предметов. Подвижные игры: «Найди свой цвет», «Воробышки и кот» , «Пузырь». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 49 |  |

**Февраль**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 21 | 5 | Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным ша­гом; повторить прыжки с продвижени­ем вперед. | 1. **часть.** Ходьба и бег по кругу, выложенному кольцами.
2. **часть.** Общеразвивающие упражнения с кольцом.

*Основные виды движений:*•упражнение в сохранении равновесия «Пере­шагни — не наступи» (перешагивание поперемен­но правой и левой ногой через шнуры (расстояние между шнурами 30 см);* прыжки из обруча в обруч без паузы (игровое упражнение «С пенька на пенек»);
* подвижная игра «Найди свой цвет».

 **ІІІ часть.** Игра малой подвижности по выбору детей. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 50 |  |
| 22 | 7 | Упражнять детей 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. | 1. **часть.** Ходьба в колонне по одному, бег, высоко поднимая колени, обычный бег.
2. **часть.** Общеразвивающие упражнения с ма­лым обручем.

*Основные виды движений:** прыжки на полусогнутых ногах (игровое упражнение «Веселые воробышки»);

• прокатывание мяча между набивными мяча­ми, подталкивая его двумя руками (игровое упраж­нение «Ловко и быстро!»);**ІІІ**  подвижная игра «Воробышки в гнездышках». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 51 |  |
| 23 | 12 | 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. | 1. **часть.** Ходьба в колонне по одному, перешаги­вая через шнуры попеременно правой и левой но­гой. Бег врассыпную.
2. **часть.** Общеразвивающие упражнения с мя­чом.

*Основные виды движений:** бросание мяча через шнур двумя руками, подлезание под шнур в группировке, не касаясь рука­ми пола;
* подвижная игра «Воробышки и кот».

 **ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному с мячом в руках. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 52 |  |
| 24 | 14 | Упражнять в ходьбе и беге врассып­ную; упражнять в умении группиро­ваться в лазанье под дугу; повторить уп­ражнение в равновесии. | 1. **часть.** Построение в одну шеренгу, перестрое­ние в колонну по одному; ходьба в колонне по од­ному; по сигналу воспитателя переход на ходьбу врассыпную, затем на бег врассыпную.
2. **часть.** Общеразвивающие упражнения.

*Основные виды движений:** лазанье под дугу в группировке «Под дугу»;

•упражнение в сохранении равновесия (ходь­ба по доске);* подвижная игра «Лягушки» (прыжки).

**ІІІ часть.** Игра «Найдем лягушонка». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 53 |  |
| 1 нед. | 19 | Продолжать совершенствовать ползание под шнур, не каса­ясь руками пола. | Игровые упражнения: подлезание, не касаясь руками пола; ходьба по доске; катание мячей в прямом направлении. Подвижные игры: «Мышки», «Поезд», «Найди свой цвет» | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 54 |  |
| 2 нед. | 21 | Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге с вы­полнением заданий; в прыжках с высо­ты и мягком приземлении на полусог­нутые ноги. | Игровые упражнения: равновесие, ходьба по скамейки, перешагивание через кубики.Подвижные игры: «Наседка и цыплята», «Лохматый пес», «Найди свой цвет». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 54 |  |
| 3 нед. | 26 | Продолжать упражнять детей в ходьбе перемен­ным шагом, развивая координацию движений; совершенствовать бросание мяча че­рез шнур, развивая ловкость и глазомер. | Игровые упражнения: прыжки - из ямки в ямку, через шнуры; катание мячей друг другу, в прямом направлении.Подвижные игры: «По ровненькой дорожке», «Лягушки», «Поймай снежинку». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 54 |  |
| 4 нед. | 28 | Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; совершенствовать ловкость и глазомер в заданиях с мячом. | Игровые упражнения: с мячом – бросание мяча вдаль из-за головы двумя руками; бросание снежков правой и левой рукой.Подвижные игры: «Воробышки и кот», «Поезд», «Лягушки». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 54 |  |

**Март**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 25 | 5 | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равно­весия при ходьбе по ограниченной пло­щади опоры; повторить прыжки между предметами. | 1. **часть.** Ходьба по кругу, бег по кругу в умерен­ном темпе.
2. **часть.** Общеразвивающие упражнения с ку­биком.

*Основные виды движений:*• ходьба по доске боком приставным шагом (игровое упражнение «Ровным шажком»);* прыжки между предметами змейкой, продви­гаясь вперед на двух ногах (игровое упражнение «Змейка»);
* подвижная игра «Кролики».

 **ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 54 |  |
| 26 | 7 | Упражнять в ходьбе и беге врассып­ную; разучить прыжки в длину с мес­та; развивать ловкость при прокатыва­нии мяча. | 1. **часть.** Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную.
2. **часть.** Общеразвивающие упражнения. *Основные виды движений:*
* прыжки в длину с места (игровое упражнение «Через канавку»);
* катание мячей друг другу (игровое упражнение «Точно в руки»);
* подвижная игра «Найди свой цвет».

 **ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 56 |  |
| 27 | 12 | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре. | **І часть.** Ходьба в колонне по одному. Ходьба высоко поднимая колени. Бег в колонне по одному, помахивая руками, как крылышками.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения с мячом.Основные виды движений:* Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками;
* Ползание на повышенной опоре;
* Подвижная игра «Зайка серый умывается»

**ІІІ часть.** Игра «Найдем зайку?» | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 57 |  |
| 28 | 14 | Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. | **І часть.** Ходьба и бег между предметами, поставленными по двум сторонам зала.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения.Основные виды движений:* Ползание на четвереньках с опорой на ладони;
* Упражнение в сохранении равновесия;
* Подвижная игра «Автомобили»

**ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 58 |  |
| 1 нед. | 19 | Продолжать развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Продолжать упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре. | Игровые упражнения: подлезание – лазание под шнур; прыжки – перепрыгивание через шнуры; равновесие – перешагивание через шнуры. Подвижные игры: «Наседка и цыплята», « Кролики», « Поймай комара» | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 59 |  |
| 2 нед. | 21 | Продолжать развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Совершенствовать броски мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре. | Игровые упражнения: равновесие – ходьба по шнуру, лежащему прямо, ходьба по скамейки; метание – перебрасывание мяча друг другу, катание мяча.Подвижные игры: «Найди свой домик», «Зайка серый умывается», «Лягушки». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 59 |  |
| 3 нед. | 26 | Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равно­весия при ходьбе по ограниченной пло­щади опоры; повторить прыжки между предметами. | Игровые упражнения: прыжки через шнур; прыжки с высоты; метание – игры с мячом, бросание вверх и ловля его двумя руками; лазание – подлезание на четвереньках с опорой на ладони и колени. Равновесие – ходьба с различными положениями рук.Подвижные игры: «Кролики», «Лягушки», «Лохматый пес» | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 59 |  |
| 4 нед. | 28 | Продолжать упражнять в ходьбе и беге врассып­ную; закреплять прыжки в длину с мес­та; развивать ловкость при прокатыва­нии мяча. | Игровые упражнения: лазание под шнур, ползание по скамейки; равновесие – ходьба и бег по дорожке, по скамейке; прыжки из обруча в обруч; метание мяча.Подвижные игры: «По ровненькой дорожке», «Поезд», «Птица, птенчики». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 59 |  |

**Апрель**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 29 | 2 | Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. | **І часть.** Ходьба вокруг кубиков. Бег.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения на скамейке с кубиком.Основные виды движений:* Упражнение в сохранении равновесия
* Прыжки на двух ногах через шнуры
* Подвижная игра «Тишина»

**ІІІ часть.** Игра «Найдем лягушонка» | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 60 |  |
| 30 | 4 | Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом. | **І часть.** Ходьба в колонне по одному. Бег врассыпную.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения с косичкой.Основные виды движений:* Прыжки из кружка в кружок с приземлением на полусогнутые ноги;
* Прокатывание мячей
* Подвижная игра « По ровненькой дорожке».

**ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 61 |  |
| 31 | 9 | Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях. | **І часть.** Ходьба в колонне по одному.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения.Основные виды движений:* Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками;
* Ползание по гимнастической скамейке;
* Подвижная игра «Мы топаем ногами».

**ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 62 |  |
| 32 | 11 | Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. | **І часть.** Ходьба в колонне по одному. Бег в умеренном темпе с подскоками.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения с обручем.Основные виды движений:* Ползание на ладонях и коленях между предметами;
* Упражнение в сохранении равновесия;
* Подвижная игра «Огуречик, огуречик».

**ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 63 |  |
| 1 нед. | 16 | Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Закрепить упражнения в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. | Игровые упражнения: ползание под шнур; прыжки – перепрыгивание через шнур; метание – бросание мячей, шишек вдаль, через шнуры. Подвижные игры: «Кролики», «Поймай комара», «Найди свой цвет». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 64 |  |
| 2нед. | 18 | Совершенствовать ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; продолжать упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. | Игровые упражнения: равновесие – ходьба по скамейки, перешагивая через шнуры, кубики; прокатывание мяча между предметами; в прямом направлении; лазанье по доске на четвереньках; ползание под дугу. Подвижные игры: «Поезд», «Воробышки и кот», «Лягушки». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 64 |  |
| 3 нед. | 23 | Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Продолжать упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. | Игровые упражнения: прыжки через шнуры, с заборчика; лазание – проползание между кеглями, кубиками; равновесие – ходьба по гимнастической скамейке.Подвижные игры: «Воробышки и кот», «Кролик и сторож», «Найди свой цвет». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 64 |  |
| 4 нед. | 25 | Продолжать упражнять в ходьбе и беге врассыпную; закреплять прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча. | Игровые упражнения: лазание под шнур, ползание по скамейки; равновесие – ходьба и бег по дорожке, по скамейке; прыжки из обруча в обруч; метание мяча.Подвижные игры: «По ровненькой дорожке», «Поезд», «Птица, птенчики». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 59 |  |

**Май**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 33 | 2 | Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках. | **І часть.** Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную.Общеразвивающие упражнения**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения с кольцом.Основные виды движений:* Упражнение в сохранении равновесия;
* Прыжки через шнуры

Подвижная игра «Мыши в кладовой»**ІІІ часть.** Игра «Где спрятался мышонок» | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 65 |  |
| 34 | 7 | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу. | **І часть.** Ходьба в колонне по одному между предметами.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения Основные виды движений: с мячом* Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги
* Прокатывание мяча друг другу

Подвижная игра «Воробышки и кот».**ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 66 |  |
| 35 | 14 | Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловле его; ползание по гимнастической скамейке. | **І часть.** Ходьба в колонне по одному. Бег врассыпную, помахивая руками, как крылышками, ходьба врассыпную.**ІІ часть.** Общеразвивающие упражнения с флажками.Основные виды движений:* Броски мяча вверх и ловля его двумя руками;
* Ползание по скамейки

Подвижная игра «Огуречик, огуречик».**ІІІ часть.** Ходьба в колонне по одному. | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 67 |  |
| 36 | 16 | Повторение с детьми упражнений, освоенных на занятиях. Особое внимание уделяется игровым упражнениям с мячом, подвижным играм. | Подвижные игры: «Пойдем в гости», «Дождик пошел», «Мыши в кладовой», «Воробышки и кот», «Наседка и цыплята», «Сбей кеглю», «Кролик и сторож», «Найди свой цвет». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 68 |  |
|  | 21 | Повторение с детьми упражнений, освоенных на занятиях. Особое внимание уделяется игровым упражнениям с мячом, подвижным играм. | Подвижные игры : «Поезд», «Воробышки и кот», «Лягушки», «Кролики», «Поймай комара», «Найди свой цвет», «Огуречик, огуречик». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 69 |  |
|  | 23 | Повторение с детьми упражнений, освоенных на занятиях. Особое внимание уделяется игровым упражнениям с мячом, подвижным играм. | Подвижные игры: «Мы топаем ногами», «Найдем лягушонка», «Найди свой домик», «Зайка серый умывается», «Лягушки», «Наседка и цыплята», « Кролики», « Поймай комара». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 69 |  |
|  | 28 | Повторение с детьми упражнений, освоенных на занятиях. Особое внимание уделяется игровым упражнениям с мячом, подвижным играм. | Подвижные игры: «Автомобили», «По ровненькой дорожке», «Поезд», «Птица, птенчики», «Кролики», «Лягушки», «Лохматый пес», «Найди свой цвет», «Воробышки и кот» , «Пузырь». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 69 |  |
|  | 30 | Повторение с детьми упражнений, освоенных на занятиях. Особое внимание уделяется игровым упражнениям с мячом, подвижным играм. | Подвижные игры: «Пойдем в гости», «Дождик пошел», «Мыши в кладовой», «Воробышки и кот», «Наседка и цыплята», «Сбей кеглю», «Кролик и сторож», «Найди свой цвет». | Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группаСтр. 69 |  |