Принято

на педагогическом совете

от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Перспективный план ясельной группы МБ ДОУ д/с № 28

по О.О. «Физическое развитие»

на 2019 – 2020 учебный год

|  |  |
| --- | --- |
| Сентябрь | Адаптационный период |
| Октябрь | 1.**Тема:** «Встань малыш еще разок»  **Программные задачи:** сохранить здоровье детей, развивать основные виды движений: ходьба, ползание (лазание), прыжки, бег; развивать активную роль, как средство общения с окружающим миром ... создать условия для полноценного **физического** и психического здоровья ребёнка в детском саду.  2. **Тема:** «Прыг-прыг, топ-топ»  **Программные задачи:** Малыши учатся ходить в определенном направлении, по наклонной плоскости, преодолевать препятствия, координируют свои движения, согласовывают свои действия со словами стихотворения.  3. **Тема:** «Вертушки»  **Программные задачи:** повышение мотивации к игровой деятельности, упражнять бег – в положении полусидя с ускорением и замедлением темпа передвижения.  4. **Тема:** «Кач-кач»  **Программные задачи:** учить диалогической речи; упражнять в беге «стайкой», не сталкиваясь, начинать движения по сигналу.  5. **Тема:** «Догоните мяч»  **Программные задачи:** Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, развивать умение ориентироваться в пространстве, активизировать прослеживающую функцию глаза.  6. **Тема:** «Уж ты, котенька-коток»  **Программные задачи:** Создать радостное настроение, желание играть вместе с педагогом. Учить детей узнавать и называть домашнее животное, формировать умение выделять характерные особенности (пушистый хвост, мягкая шерсть, зоркие глаза и т.д.) Развивать умение эмитировать действия животных, называть детенышей и звукоподрожать им. Формировать умение узнавать и называть геометрические фигуры, развивать конструктивную деятельность. Совершенствовать умение понимать и правильно употреблять простые предлоги, расширить словарный запас.  Развивать умение двигаться в хороводе. Воспитывать вежливость: умение приветствовать, прощаться. Воспитывать доброжелательность и отзывчивость.  7. **Тема:** «Коровка мычит»  **Программные задачи:** Малыши учатся ходить в определенном направлении, по наклонной плоскости, преодолевать препятствия, координируют свои движения, согласовывают свои действия со словами стихотворения.  8. **Тема:** «Большие ноги»  **Программные задачи:** Обучение простейшим движениям, умению сочетать свои действия с текстом песни. Упражнение на развитие чувства собственного движения.  9. **Тема:** «Ловим перышко»  **Программные задачи:** Учить детей действовать по сигналу. Развивать дыхательный аппарат. Учить вдыхать через нос и выдыхать через рот создавая струю. Развивать умение двигаться не наталкиваясь друг га друга. Воспитывать желание играть всем вместе.  10. **Тема:** «Лошадки»  **Программные задачи:** Приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить своё место. Дети упражняются в ходьбе с сохранением равновесия, в прыжках с высоты, а также в умении переключатся с прыжком на спокойную ходьбу. |
| Ноябрь | 1.**Тема:** «По - турецки мы сидели»  **Программные задачи:** Укреплять связок и мышцы стоп детей. Всесторонне развивать личность ребенка, формировать физические, умственные, нравственные, эстетические, духовные качества.  2. **Тема:** «Бегите за мячом»  **Программные задачи:** Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, развивать умение ориентироваться в пространстве, активизировать прослеживающую функцию глаза.  3. **Тема:** «Лесные звери»  **Программные задачи:** совершенствовать координационные способности и ловкость. Развивать зрительную память и внимание, активизировать словарь.  4. **Тема:** «Солнышко - луна»  **Программные задачи:** Малыши учатся ходить в определенном направлении, по наклонной плоскости, преодолевать препятствия, координируют свои движения, согласовывают свои действия со словами стихотворения.  5. **Тема:** «Ходим вереницей»  **Программные задачи:** Учить детей ходить друг за другом взявшись за руки. Развивать умение делать элементарный хоровод. Воспитывать дружеские отношения в коллективе. Учить детей играть вместе.  6. **Тема:** «Лягушата и жучок»  **Программные задачи:** Учить детей делать элементарные броски. Учить попадать в цель. Развивать желание играть всем в месте. Воспитывать желание сопереживать другому ребенку и при необходимости приходить на помощь.  7. **Тема:** «Птички летают»  **Программные задачи:**  приучать детей двигаться вдвоём, соразмерять движения друг с другом, менять направление движений, быть внимательным к партнёрам по **игре**. Учить детей спрыгивать с невысоких предметов, бегать врассыпную, действовать только по сигналу; приучать малышей помогать друг другу.  8. **Тема:** «Цветочки растут»  **Программные задачи:** развивать движение и мимику, воображение, воспитывать интерес к растительному миру. |
| Декабрь | 1.**Тема:** «Покатился мячик мой»  **Программные задачи:** Развивать разностороннюю координацию движений и **подвижность нервных процессов**, умение держать равновесие.  2. **Тема:** «Самолетик- самолетик»  **Программные задачи:** Упражнять детей в умении бегать, не наталкиваясь друг на друга, выполнять все движения по сигналу. Воспитывать навыки правильного поведения во время **подвижных** **игр**, учить ориентироваться в пространстве комнаты, двигаться, не наталкиваясь на партнеров по **игре**.  3. **Тема:** «Пыхтим как ежик»  **Программные задачи:** Повысить интерес детей к физической культуре в игровой форме развивать основные физические качества; Воспитывать устойчивый интерес к процессу выполнения нетрадиционных упражнений  4. **Тема:** «Флажок»  **Программные задачи:**  Упражнять детей действовать по сигналу, находить кубик своего цвета, упражнять в ходьбе, беге врассыпную, использовать всю площадь зала. Учить детей бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, менять движения по сигналу воспитателя.  5. **Тема:** «Домики»  **Программные задачи:**  развивать ловкость, внимание, умение быстро реагировать на сигнал, формировать навыки ориентировки в пространстве.  Каждый игрок выбирает себе домик – обруч. По сигналу воспитателя: «Идём гулять!»(воспитатель включает музыку) ребята выходят из своих домиков и гуляют. Когда воспитатель выключает музыку дети находят свой домик. Поощрить тех ребят, которые нашли свой домик первыми.  6. **Тема:** «Уж ты, котенька-коток»  **Программные задачи:** Создать радостное настроение, желание играть вместе с педагогом. Учить детей узнавать и называть домашнее животное, формировать умение выделять характерные особенности (пушистый хвост, мягкая шерсть, зоркие глаза и т.д.) Развивать умение эмитировать действия животных, называть детенышей и звукоподрожать им. Формировать умение узнавать и называть геометрические фигуры, развивать конструктивную деятельность. Совершенствовать умение понимать и правильно употреблять простые предлоги, расширить словарный запас.  Развивать умение двигаться в хороводе. Воспитывать вежливость: умение приветствовать, прощаться. Воспитывать доброжелательность и отзывчивость.  7. **Тема:** «Лесные звери»  **Программные задачи:** совершенствовать координационные способности и ловкость. Развивать зрительную память и внимание, активизировать словарь.  8. **Тема:** «Большие ноги»  **Программные задачи:** Обучение простейшим движениям, умению сочетать свои действия с текстом песни. Упражнение на развитие чувства собственного движения.  9. **Тема:** «Лови и бросай – упасть не давай!»  **Программные задачи:** Развивать разностороннюю координацию движений и **подвижность нервных процессов**, умение держать равновесие. |
| Январь | 1.**Тема:** «Белочки»  **Программные задачи:** Учить детей катить мяч обеими руками; бегая, бросать мяч вдаль двумя руками от груди. Учиться неподвижно стоять некоторое время, внимательно слушать.  2. **Тема:** «Самолеты»  **Программные задачи:** Упражнять детей в умении бегать, не наталкиваясь друг на друга, выполнять все движения по сигналу.  3. **Тема:** «Вот так солнышко встает»  **Программные задачи:** Учить детей выполнять движения согласно текста. Подниматься на носочки и тянуться вверх. Воспитывать доброжелательные отношения.  4. **Тема:** «Воротца»  **Программные задачи:** Воспитывать организованность и коллективизм. Совершенствовать у малыша навыки ползания, побуждать его к этому движению, учить проползать под дугой, не задевая; упражнять в ползании по ограниченной площади.  5. **Тема:** «Чудесный сундучок»  **Программные задачи:** Упражнение в выполнения движений в соответствии с командой, в ориентировке в пространстве, в умении при движении не сталкиваться друг с другом.  6. **Тема:** «Ветерок»  **Программные задачи:** Учить действовать по команде, учить бегать врассыпную, не натыкаясь друг на друга.  7. **Тема:** «Помашем флажками»  **Программные задачи:** Учить детей держать флажок в руке, размахивать им. Учить держать флажок сначала в одной руке, затем по слову воспитателя в другой. Предложить помахать двумя флажкам.  8. **Тема:** «Ловкие котята»  **Программные задачи:** Развивать и укреплять физическое, речевое и психическое.здоровье детей. Закреплять навыки ориентировки в пространстве и координации, выразительности движений, чувства ритма.  9. **Тема:** «Домики»  **Программные задачи:** Находить свой домик, бегать, не задевая друг друга..Развивать двигательные навыки детей, умение легко ориентироваться на игровой площадке, учить соблюдать правила **игры**, воспитывать доброжелательное отношение к сверстникам. |
| Февраль | 1.**Тема:** «Тук – тук молотком»  **Программные задачи:** Развивать у детей представление о ритме, учить запоминать и передавать заданный ритмический рисунок.  2. **Тема:** «Прокати мяч по скамейке»  **Программные задачи:** Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, развивать умение ориентироваться в пространстве, активизировать прослеживающую функцию глаза.  3. **Тема:** «Отнеси в ладошке капельку»  **Программные задачи:**  Учить детей выполнять действия согласно правилом игры. Учить доносить капельку воды до назначенного места. Развивать ловкость и быстроту реакции.  4. **Тема:** «Допрыгни до игрушки»  **Программные задачи:** Учить детей подпрыгивать на месте. Прыгать высоко, стараясь допрыгнуть до игрушкиподвешенный выше поднятой руки ребенка. Развивать глазомер.  5. **Тема:** «Кошка мышек сторожит»  **Программные задачи:** Развить у детей точность и быстроту движений. Формировать навыки двигательной активности детей. Учить детей действовать согласно текста. Развивать внимание. Воспитывать дружелюбие.  6. **Тема:** «Лови и бросай – упасть не давай!»  **Программные задачи:** Развивать разностороннюю координацию движений и **подвижность нервных процессов**, умение держать равновесие.  7. **Тема:** «Поезд»  **Программные задачи:** Упражнять детей ходить в колонне по одному. Держаться строго за впереди идущем. Выполнять движения согласно текста.  8. **Тема:** «Цирковые лошадки»  **Программные задачи:** Способствовать развитию физических качеств детей, вызвать эмоционально – положительное отношение к занятию. Учить детей элементарным навыком прямого галопа. |
| Март | 1.**Тема:** «Гуси, гуси»  **Программные задачи:** Развивать ловкость, быстроту реакции; Закреплять умение выполнять действия взятой на себя роли; Согласовывать слова с игровыми действиями; Вызвать у детей эмоциональный отклик на участие в игре.  2. **Тема:** «Брось и догони»  **Программные задачи:** Обучение в игровой форме бросанию и ловле мяча, развитие ловкости и быстроты реакции, умения играть в коллективе.  3. **Тема:** «Слоны и мышки»  **Программные задачи:**  Учить детей выполнять действия согласно правилам. Учить изображать животных (слона и мышку). Развивать ловкость, артистичность. Воспитывать дружелюбие.  4. **Тема:** «Лягушка и лягушата»  **Программные задачи:** Учить детей прыгать на месте и с продвижением вперед. Воспитывать умение играть в подвижные игры. Развивать стремление доводить начатое дело до конца.  5. **Тема:** «У медведя во бору»  **Программные задчи:** Учить детей слышать воспитателя действовать по сигналу взрослого. Развивать внимание, быстроту реакции, умение ориентироваться в пространстве.Воспитывать доброжелательные отношения между детьми.  6. **Тема:** «Деревья большие и маленькие»  **Программные задачи:** Развивать ловкость, быстроту реакции; Закреплять умение выполнять действия взятой на себя роли; Согласовывать слова с игровыми действиями; Вызвать у детей эмоциональный отклик на участие в игре.  7. **Тема:** «Дойди до зайчика»  **Программные задачи:** Учить детей ходить по ограниченной поверхности, удерживать равновесие. Развивать глазомер. Воспитывать желание доводить начатое дело до конца.  8. **Тема:** «Прогулки в лесу»  **Программные задачи:** Создание эмоционально-положительного настроения. Формирование интереса детей к подвижным и спортивным играм.Развивать внимание, память, творческое воображение, речь.Воспитывать у детей интерес и бережное отношение к природе, растениям и животным.  9. **Тема:** «Едем на машине»  **Программные задачи:** Приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить свое место. |
| Апрель | 1.**Тема:** «Идем в лес»  **Программные задачи:** Создание эмоционально-положительного настроения. Формирование интереса детей к подвижным и спортивным играм. Развивать внимание, память, творческое воображение, речь. Воспитывать у детей интерес и бережное отношение к природе, растениям и животным.  2. **Тема:** «Гуси и коршун»  **Программные задачи:** Приучать детей бегать по комнате, не натыкаясь на мебель и различные предметы. Развивать внимание, ловкость, координацию, равновесие, быстроту реакции.  3. **Тема:** «Дорожка из обручей»  **Программные задачи:**Научить перешагивать из обруча в обруч, перепрыгивать их обруча в обруч. Упражнять детей в выполнении основных движений: - в ходе по ограниченной площади (дорожка из обручей) ; - в прыжках с места в обруч из обруча, развивать координацию движения; - в ползании через обруч.  4. **Тема:** «Пятки, носочки»  **Программные задачи:** Учить детей основным видам движения. Учить удерживать равновесие на носочках и ходьбе на пяточках. Развивать стопу и координацию движения. Воспитывать желание стремиться к хорошим результатам.  5. **Тема:** «Пролезь в норку»  **Программные задачи:**Учить детей ползать на четвереньках. Упражнять в выполнении основных видов движений через игровые задания. Доставить детям радость.  6. **Тема:** «Идем по лесенке»  **Программные задачи:** Приучать лазать по лесенке. Учить детей выполнять основные виды движения. Воспитывать желание доводить начатое дело до конца.  7. **Тема:** «Радуга улыбается»  **Программные задачи:** Развитие различных движений, укреплению мышечной и костной систем, формированию правильной осанки. Учить координировать речи с движением.  8. **Тема:** «Обезьянки»  **Программные задачи**: Развивать координацию движений и в удобном для них положении, учить лазать по лестнице – стремянке, развивать ловкость, учить действовать поочередно.  9. **Тема:** «По мостику»  **Программные задачи:** Упражнять детей в ходьбе по ограниченной поверхности, развивать чувство равновесия, приучать выполнять задания самостоятельно. |
| Май | 1.**Тема:** «По ровненькой дорожке»  **Программные задачи:** Развивать у детей согласованность движения рук и ног; приучать ходить свободно в колонне по одному; развивать чувство равновесия, ориентировке в пространстве.  2. **Тема:** «Найди игрушку»  **Программные задачи:** Прививать детям сообразительность, находчивость, способность быстро реагировать и выполнять необходимые действия в определенной ситуации; развивать мышление и умение ориентироваться в помещении при помощи полученных команд.  3. **Тема:** «Непослушный котенок»  **Программные задачи:** Развивать координацию движений и в удобном для них положении, учить лазать по лестнице – стремянке, развивать ловкость, учить действовать поочередно.  4. **Тема:** «Игрушки заблудились»  **Программные задачи:** Создание эмоционально-положительного настроения. Формирование интереса детей к подвижным и спортивным играм. Развивать внимание, память, творческое воображение, речь. Воспитывать у детей интерес.  5. **Тема:** «Займи свой домик»  **Программные задачи:** Развивать быстроту реакции, совершенствовать пространственные ориентировки. Продолжать учить детей действовать по сигналу. Воспитывать доброжелательные отношения друг к другу.  6. **Тема:** «Допрыгни до игрушки»  **Программные задачи:** Учить детей подпрыгивать на месте. Прыгать высоко, стараясь допрыгнуть до игрушки подвешенный выше поднятой руки ребенка. Развивать глазомер.  7. **Тема:** «Птички летают»  **Программные задачи:** Учить детей спрыгивать с невысоких предметов, бегать врассыпную, действовать только по сигналу; приучать малышей помогать друг другу.  8. **Тема:** «Пролезь в норку»  **Программные задачи:** Учить детей ползать на четвереньках. Упражнять в выполнении основных видов движений через игровые задания. Доставить детям радость. |