



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Правдинского муниципального округа  
«Средняя школа поселка Домново»

---

«Согласовано»  
на Педагогическом совете Средней  
школы п. Домново  
Протокол № \_\_\_\_ от  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 года

«Утверждаю» И. о. директора Средней школы п. Домново  _____ П.А. Телятник	М.П.
---	------

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по физическому развитию для детей первого года обучения на основании  
программы С.Ю.Федорова  
«Физкультурные занятия с детьми 2-3 лет»  
**Модуль «Двигательная деятельность»**

2022г.  
п. Домново

### **Аннотация**

Рабочая программа (далее - Программа) по «Двигательной деятельности» для детей 2-3 лет является частью формируемой участниками образовательных отношений Средней школы п. Домново, и составлена на основе использования программы «Физкультурные занятия детьми 2-3 лет» С.Ю. Федорова, в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", Федеральным

образовательным стандартом дошкольного образования на основании Приказа Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 N 30384).

### **Планируемые результаты освоения модуля**

В раннем возрасте ребенок овладевает основными движениями, моторикой и учится овладевать своим телом. Занятия по физическому развитию проходят в форме игры, включающей подражательные действия («прыгаем, как зайчики»), действия с обручами, мячами и разнообразные упражнения под музыку.

Уверенно, самостоятельно и точно выполняет задания, действия, в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и играх. Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре. Большинство осваиваемых движений выполняется ребенком активно, наблюдается согласованность в движении рук и ног (в ходьбе и беге). Ребенок хорошо реагирует на сигнал и действует в соответствии с ним. Выдерживает заданный темп, проявляет положительное эмоциональное отношение к двигательной деятельности, самостоятельно воспроизводит ранее освоенные движения.

### **УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

№	Вид занятий	Кол-во занятий
1	Ходьба	20
2	Бег	20
3	Прыжки	12
4	Лазанье	10
5	Прокатывание, бросание мяча	10
	Итого	72

## Календарно-тематический план

не дел я	№ зан яти я	Название занятия	Программное содержание	Методическо е пособие, стр.	Материалы, оборудовани е.
Сентябрь					
1	1	«Поиграем с флажками»	Ходьба не наталкиваясь друг на друга. Бег за воспитателем. <b>Основные движения</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах на месте;</li> <li>• Проползание заданного расстояния;</li> <li>• Скатывание мяча с горки.</li> </ul> <b>Игровое упражнение «Идите (бегите) ко мне»</b>	С.Ю.Федорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет» стр.21	Флажки по количеству детей, мячи, горка.
1	2	-:-	Ходьба не наталкиваясь друг на друга. Бег за воспитателем. <b>Основные движения</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проползание заданного расстояния до предмета;</li> <li>• Прыжки на двух ногах на месте с хлопками;</li> <li>• Катание мяча в паре с воспитателем.</li> </ul> <b>Игровое упражнение «Идите (бегите) ко мне.</b>	Стр.22	Флажки по количеству детей, мячи, игрушка.
2	3	-:-	Ходьба не наталкиваясь друг на друга. Бег за воспитателем. <b>Основные движения</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками;</li> <li>• Проползание заданного расстояния (от игрушки, к игрушке);</li> <li>• Катание мяча двумя руками воспитателю.</li> </ul> <b>Игровое упражнение «К мишке (лисичке) в гости»</b>	Стр. 23	Флажки по количеству детей, мячи, игрушка Мишка (или Лисичка).
2	4	-:-	Ходьба не наталкиваясь друг на друга. Бег за воспитателем. <b>Основные движения</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проползание в вертикально стоящий обруч;</li> <li>• Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед;</li> <li>• Прокатывание мяча</li> </ul>	Стр.23	Флажки по количеству детей, мячи, игрушка Мишка (или Лисичка), вертикально стоящий обруч.

			<p>двумя руками и одной рукой.</p> <p><b>Игровое упражнение «К Мишке (Лисичке) в гости»</b></p>		
3	5	-:-	<p>Ходьба за воспитателем «стайкой». Бег от воспитателя.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проползание в вертикально стоящий обруч</li> <li>• Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед,</li> <li>• Прокатывание мяча двумя руками и одной.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «К Мишке (Лисичке) в гости»</b></p>	Стр.24	Флажки по количеству детей, мячи, игрушка Мишка (или Лисичка), вертикально стоящий обруч.
3	6	-:-	<p>Ходьба «стайкой» за воспитателем. Бег от воспитателя.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка</li> <li>• Подлезание под воротца, дугу, веревку (высота 30-50 см)</li> <li>• Прокатывание мяча двумя руками и одной.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «К Мишке (Лисичке) в гости».</b></p>	Стр.24	Флажки по количеству детей, мячи, игрушка Мишка (или Лисичка), вертикально стоящий обруч.
4	7	-:-	<p>Ходьба не наталкиваясь друг на друга. Бег за воспитателем.</p> <p><b>Основные движения.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка</li> <li>• Проползание в вертикально стоящий обруч</li> <li>• Прокатывание мяча двумя руками и одной</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Собери комочки (колечки, пирамидку).</b></p>	Стр.25	Флажки по количеству детей, игрушка, вертикально стоящий обруч, мячи, комочки (колечки или пирамидки)
4	8	-:-	<p>Ходьба не наталкиваясь друг на друга. Бег за воспитателем.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах на месте</li> </ul>	Стр.25	Флажки по количеству детей, мячи.

			<ul style="list-style-type: none"> <li>Катание мяча в паре с воспитателем</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Бегите ко мне»</b></p>		
Октябрь					
1	9	«Красивые платочки»	<p>Ходьба стайкой за воспитателем. Бегот воспитателя.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;</li> <li>Подползание под веревку;</li> <li>Прокатывание мяча одной и двумя руками.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Собери колечки».</b></p>	Стр.28	Платочки по количеству детей, игрушка, две стойки с натянутой веревкой, мячи, колечки.
1	10	-:-	<p>Ходьба стайкой за воспитателем, бег от воспитателя.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Подползание под дугу;</li> <li>Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка;</li> <li>Прокатывание мяча одной и двумя руками.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Собери пирамидку»</b></p>	Стр.28	Платочки по количеству детей, игрушка, две стойки с натянутой веревкой, мячи, пирамидка.
2	11	-:-	<p>Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег от воспитателя.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Подпрыгивание до погремушки, находящейся выше поднятых рук ребенка;</li> <li>Прокатывание мяча под дугу и проползание за ним;</li> <li>Подлезание под веревку.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Доползи до игрушки»</b></p>	Стр.29	Платочки по количеству детей, погремушка, две стойки с натянутой веревкой, мячи, игрушка.
2	12	-:-	<p>Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных направлениях.</p>	Стр.29	Платочки по количеству детей, игрушка,

			<p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;</li> <li>• Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки;</li> <li>• Прокатывание мяча одной рукой, бег за мячом.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «К Мишке в гости»</b></p>		вертикально стоящий обруч, мячи
3	13	-:-	<p>Ходьба «стайкой» за воспитателем, бег в различных направлениях.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подпрыгивание до погремушки, находящейся выше поднятых рук ребенка;</li> <li>• Подползание под веревку, приподнятую на 50 см от пола, за стоящей впереди игрушкой;</li> <li>• Катание мяча среднего размера в паре.</li> <li>• <b>Игровое упражнение «Доползи до игрушки»</b></li> </ul>	Стр.30	Платочки по количеству детей, погремушка, веревка, поднятая над полом, мяч, игрушка.
3	14	-:-	<p>Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных направлениях.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах, сопровождающиеся небольшим продвижением вперед;</li> <li>• Подползание под скамейку;</li> <li>• Прокатывание мяча под скамейку одной рукой (поочередно правой и левой)</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Собери комочки»</b></p>	Стр.31	Платочки по количеству детей, скамейка, мячи, комочки.
4	15	-:-	<p>Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных</p>	Стр.31	Платочки по количеству детей, мячи,

			<p>направлениях.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка;</li> <li>• Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча;</li> <li>• Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Собери пирамидку»</b></p>		пирамидка, обруч или воротца.
4	16	-:-	<p>Ходьба «стайкой» за воспитателем, бег от воспитателя.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка;</li> <li>• Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Собери пирамидку»</b></p>	Стр.32	Платочки по количеству детей, мячи, пирамидка, обруч или воротца.
<b>Ноябрь</b>					
1	17	«Веселые кубики»	<p>Ходьба в прямом направлении, бег не наталкиваясь друг на друга.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах с продвижением вперед;</li> <li>• Проползание в два, вертикально стоящих друг за другом обруча;</li> <li>• Скатывание мяча среднего размера с горки и скатывание вслед за ним.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Скати с горки»</b></p>	34	Кубики, по два на каждого ребенка, два вертикально стоящих обруча, мяч, горка.
1	18	-:-	<p>Ходьба в прямом направлении, бег не наталкиваясь друг на друга.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах на месте с мячом в руках;</li> </ul>	Стр.35	Кубики, по два на каждого ребенка, две игрушки, мяч.

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проползание заданного расстояния с прокатыванием мяча перед собой;</li> <li>• Прокатывание мяча одной рукой между двумя игрушками.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Скати с горки и догони»</b></p>		
2	19	-:-	<p>Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег в различных направлениях.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;</li> <li>• Подползание под две скамейки, стоящие рядом;</li> <li>• Прокатывание двух мячей поочередно.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Подпрыгни до ладони»</b></p>	Стр.35	Кубики, по два на каждого ребенка, две игрушки, мяч, две скамейки.
2	20	-:-	<p>Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег в различных направлениях.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;</li> <li>• Прокатывание двух мячей поочередно;</li> <li>• Прыжки с продвижением вперед с мячом в руках.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Догони мяч»</b></p>	Стр.36	Кубики, по два на каждого ребенка, мячи, гимнастическая палка.
3	21	-:-	<p>Ходьба в прямом направлении. Бег в различных направлениях.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Перепрыгивание через веревку на двух ногах;</li> <li>• Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;</li> <li>• Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой.</li> </ul>	Стр.37	Кубики, по два на каждого ребенка, мячи, натянутая веревка, гимнастическая веревка.



			<b>Игровое упражнение</b> «Проползи под дугой»		
3	22	--	Ходьба в прямом направлении. Бег не наталкиваясь друг на друга. <b>Основные движения</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подпрыгивание до погребушки, висящей выше поднятых рук ребенка;</li> <li>• Подползание под скамейку;</li> <li>• Прокатывание мячей друг другу и воспитателю.</li> </ul> <b>Игровое упражнение</b> «Попрыгай как мячик»	Стр.37	Кубики, по два на каждого ребенка, мячи, гимнастическая скамейка, погремушка.
4	23	--	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег не наталкиваясь друг на друга. <b>Основные движения</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;</li> <li>• Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом мяча;</li> <li>• Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.</li> </ul> <b>Игровое упражнение</b> «Прокати мяч и догони его»	Стр.38	Кубики, по два на каждого ребенка, мячи, вертикально стоящий обруч, две игрушки.
4	24	--	Ходьба в прямом направлении. Бег в различных направлениях. <b>Основные движения</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом мяча;</li> <li>• Прокатывание мяча двумя и одной рукой (правой и левой)</li> </ul> <b>Игровое упражнение</b> «Доползи до игрушки»	Стр.38	Кубики, по два на каждого ребенка, мячи, вертикально стоящий обруч, игрушка.
<b>Декабрь</b>					
1	25	«Наша скамеечка»	Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег за воспитателем, от воспитателя. <b>Основные движения:</b>	Стр.41	Скамейки, игрушка, веревка, мячи,

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проползание заданного расстояния до предмета;</li> <li>• Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;</li> <li>• Скатывание мяча с горки.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Пройди по дорожке»</p>		наклонная доска.
1	26	-:-	<p>Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег за воспитателем, от воспитателя.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проползание заданного расстояния до предмета;</li> <li>• Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;</li> <li>• Скатывание мяча с горки.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Пройди по мостику»</p>	Стр.41	Скамейки, игрушка, веревка, мячи, наклонная доска.
2	27	-:-	<p>Ходьба в прямом направлении. Бег догоняя катящиеся предметы.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах с небольшим продвижением вперед;</li> <li>• Перелезание через валик;</li> <li>• Катание мяча двумя руками воспитателю.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Через ручеек»</p>	Стр.42	Скамейки, веревка, мячи, валик.
2	28	-:-	<p>Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег догоняя катящиеся предметы.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проползание в вертикально стоящий обруч;</li> <li>• Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками;</li> <li>• Катание мяча двумя руками друг другу.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Лови мяч»</p>	Стр.42	Скамейки, вертикально стоящий обруч, мячи.
3	29	-:-	<p>Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег догоняя катящиеся предметы.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проползание в</li> </ul>	Стр.43	Скамейки, обруч, вертикально стоящий, мячи, бревно.

			<p>вертикально стоящий обруч за игрушкой;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками;</li> <li>• Прокатывание мяча двумя руками друг другу и воспитателю.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Перелезь через бревно»</p>		
3	30	:-	<p>Ходьба в прямом направлении. Бег догоняя катящиеся предметы.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проползание в воротца;</li> <li>• Подпрыгивание на двух ногах с хлопком;</li> <li>• Прокатывание мяча двумя руками друг другу и воспитателю.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Через ручеек».</p>	Стр.44	Скамейки, мячи, воротца, веревки.
4	31	:-	<p>Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег за воспитателем, от воспитателя.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка;</li> <li>• Подползание под скамейку;</li> <li>• Прокатывание мяча одной и двумя руками друг другу.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Прокати мяч»</p>	Стр.44	Скамейки, мячи, воротца, веревки, кубики
4	32	:-	<p>Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег за воспитателем, от воспитателя.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах на месте и продвигаясь вперед;</li> <li>• Катание мяча двумя и одной рукой в паре с воспитателем.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Брось мяч»</p>	Стр.45	Скамейки, мячи
Январь					
1	33	«Красивые ленты»	Ходьба с опорой на зрительные	Стр.47	Ленты по

			<p>ориентиры. Бег догоняя катящиеся предметы.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки в высоту;</li> <li>• Перелезание через валик</li> <li>• Бросание мяча двумя руками снизу.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Перелезь через бревно»</p>		<p>количеству детей, валик, мячи, бревно.</p>
1	34	-:-	<p>Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег за воспитателем, от воспитателя.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подползание под дугу;</li> <li>• Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка;</li> <li>• Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Пройди по дорожке»</p>	Стр.47	<p>Ориентиры, ленты по количеству детей, игрушка, дуга, мячи, две гимнастические палки.</p>
2	35	-:-	<p>Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег догоняя катящиеся предметы.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;</li> <li>• Бросание мяча двумя руками снизу;</li> <li>• Подлезание под веревку.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Прокати мяч»</p>	Стр.48	<p>Ленты по количеству детей, ориентиры, веревка, мячи.</p>
2	36	-:-	<p>Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег в различных направлениях.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;</li> <li>• Проползание через вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки;</li> <li>• Ловля мяча, брошенного воспитателем.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Лови</p>	Стр.49	<p>Ленты по количеству детей, игрушка, вертикально стоящий обруч, мяч.</p>

			мяч»		
3	37	-:-	<p>Ходьба взявшись за руки по кругу. Бег в различных направлениях.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;</li> <li>• Проползание под веревку, с захватом впереди стоящей игрушки;</li> <li>• Бросание мяча двумя руками.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Через ручеек»</b></p>	Стр.50	Ленты по количеству детей, игрушка, веревка, мяч, две гимнастические палки.
3	38	-:-	<p>Ходьба взявшись за руки по кругу. Бег догоняя катящиеся предметы.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах на месте и продвигаясь вперед;</li> <li>• Перелезание через валик;</li> <li>• Перебрасывание малого мяча через ленту, натянутую на уровне груди ребенка.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Брось мяч»</b></p>	Стр.50	Ленты по количеству детей, веревка, мяч, натянутая лента, валик.
4	39	-:-	<p>Ходьба приставными шагами вперед и в стороны. Бег в различных направлениях.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета;</li> <li>• Подползание под скамейку;</li> <li>• Перебрасывание малого мяча через ленту, натянутую на уровне груди ребенка.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Лови мяч»</b></p>	Стр.50	Скамейка, мяч, веревка, ленты по количеству детей.
4	40	-:-	<p>Ходьба взявшись за руки по кругу. Бег догоняя катящиеся предметы.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Перепрыгивание через</li> </ul>	Стр.51	Ленты по количеству детей, мячи, веревка, две гимнастические палки.

			<p>веревку, лежащую на полу;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проползание в заданном направлении.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Через ручеек»</b></p>		
<b>Февраль</b>					
1	41	«Чудесные кубики»	<p>Ходьба со сменой направления движения. Бег между двумя линиями.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах с мячом в руках;</li> <li>• Проползание заданного расстояния, прокатывая мяч перед собой;</li> <li>• Прокатывание мяча одной рукой между двумя игрушками.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Скати и догони»</b></p>	Стр.54	Кубики по два на каждого ребенка, две игрушки, мяч, горка.
1	42	-:-	<p>Ходьба со сменой направления движения. Бег между двумя линиями.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах с продвижением вперед;</li> <li>• Проползание в два вертикально стоящих обруча;</li> <li>• Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Скати с горки»</b></p>	Стр.54	Кубики, игрушка, два обруча, вертикально стоящих, мяч, горка.
2	43	-:-	<p>Ходьба со сменой направления движения. Бег в различных направлениях.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подползание под двумя скамейками;</li> <li>• Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;</li> <li>• Ловля мяча, брошенного воспитателем.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение «Пройди по мостику»</b></p>	Стр.54	Две скамейки, две игрушки, мяч, гимнастическая доска, кубики по два на каждого ребенка.
2	44	-:-	<p>Ходьба со сменой направления движения. Бег в различных</p>	Стр.55	Кубики, гимнастическ

			<p>направлениях.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;</li> <li>• Прокатывание мячей поочередно (двумя руками) под дугу;</li> <li>• Прыжки с продвижением вперед с мячом в руках.</li> </ul> <p><b>Подвижная игра</b> «Пройди по дорожке»</p>		ая палка, мячи.
3	45	-:-	<p>Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег между двумя линиями.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;</li> <li>• Прокатывание мячей поочередно (двумя руками) под дугу;</li> <li>• Перепрыгивание через веревочку, лежащую на полу, на двух ногах.</li> </ul> <p><b>Подвижная игра</b> «Проползи в воротца»</p>	Стр.56	Кубики, гимнастическая палка, мячи, веревка, две гимнастические дуги.
3	46	-:-	<p>Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег в различных направлениях.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;</li> <li>• Проползание под скамейку;</li> <li>• Бросание мяча двумя руками снизу.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Попрыгай как мячик»</p>	Стр.56	Кубики по два на каждого ребенка, зрительные ориентиры, скамейка, мячи.
4	47	-:-	<p>Ходьба со сменой направления движения. Бег между двумя линиями.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка,</li> </ul>	Стр.57	Кубики по два на каждого ребенка, обруч, воротца, игрушка.

			<p>слегка продвигаясь вперед;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проползание вертикально стоящий обруч и в воротца, с захватом впереди стоящей игрушки;</li> <li>• Прокатывание мяча двумя руками и одной рукой друг другу, между предметами.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Прокати мяч и догони его»</p>		
4	48	-:-	<p>Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег между двумя линиями.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проползание под веревку;</li> <li>• Бросание мяча двумя руками снизу.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Через ручеек»</p>	Стр.58	Кубики по два на каждого ребенка, веревка, мячи, две гимнастические веревки.
<b>Март</b>					
1	49	«Поиграем с флажками»	<p>Ходьба огибая предметы. Бег между двумя линиями, не наступая на них.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Бросание мяча воспитателю;</li> <li>• Проползание заданного расстояния;</li> <li>• Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Перешагни через палку»</p>	Стр.60	Каждому ребенку по два флажка, мяч, веревка, палка.
1	50	-:-	<p>Ходьба огибая предметы. Бег за воспитателем, от воспитателя.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проползание заданного расстояния до предмета;</li> <li>• прыжки на двух ногах с места как можно дальше;</li> <li>• катание мяча между предметами.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Мой веселый звонкий мяч»</p>	Стр.60	Флажки, игрушка, мячи, кубики.
2	51	-:-	<p>Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между</p>	Стр.61	Флажки, бревно, мяч, веревка.



			<p>двумя линиями, не наступая на них.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки на двух ногах как можно дальше;</li> <li>• перелезание через бревно;</li> <li>• бросание мяча двумя руками воспитателю.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «перепрыгни через ручеек»</p>		
2	52	-:-	<p>Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между двумя линиями, не наступая на них.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки на двух ногах как можно дальше;</li> <li>• перелезание через бревно;</li> <li>• прокатывание мяча двумя руками в произвольном направлении.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Пройди по дорожке»</p>	Стр.62	Флажки, веревка, бревно, мячи, гимнастическая доска.
3	53	-:-	<p>Ходьба огибая предметы. Бег за воспитателем, от воспитателя.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• влезание на лестницу стремянку (попытки);</li> <li>• прыжки на двух ногах как можно дальше;</li> <li>• прокатывание мяча двумя руками в произвольном направлении.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Курочка-хохлатка»</p>	Стр.62	Флажки, лестница, мячи.
3	54	-:-	<p>Ходьба огибая предметы. Бег между двумя линиями, не наступая на них.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки на двух ногах как можно дальше;</li> <li>• перелезание через бревно;</li> <li>• прокатывание мяча двумя руками воспитателю.</li> </ul>	Стр.63	Флажки, веревка, бревно, мячи, гимнастическая доска.

			<b>Игровое упражнение</b> «Пройди по дорожке»		
4	55	-:-	<p>Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег за воспитателем, от воспитателя.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Основные движения</b> Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;</li> <li>• Проползание заданного расстояния до ориентира;</li> <li>• Прокатывание мяча двумя руками и одной рукой друг другу.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Перешагни через ручеек»</p>	Стр.63	Флажки, две веревки, игрушка, мячи.
4	56	-:-	<p>Ходьба огибая предметы. Бег за воспитателем, от воспитателя.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах с места как можно дальше;</li> <li>• Бросание мяча двумя руками в паре с воспитателем.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Курочка-хохлатка»</p>	Стр.64	Флажки, кубики, веревка, мячи.
Апрель					
1	57	«Платочки»	<p>Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег между двумя линиями, не наступая на них.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка;</li> <li>• Подползание под веревку;</li> <li>• Прокатывание мяча двумя руками и одной рукой.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Мишки по лесу идут»</p>	Стр.66	Платочки по количеству детей, веревка, игрушка, мячи.
1	58	-:-	<p>Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога.</p> <p><b>Основные движения:</b></p>	Стр.67	Платочки, веревка, дуга, мячи.

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки с места как можно дальше;</li> <li>• Подползание под дугу;</li> <li>• Прокатывание мяча двумя руками и одной рукой под дугу.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Мишки по лесу идут»</p>		
2	59	-:-	<p>Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подпрыгивание до предмета, находящейся выше поднятых рук ребенка;</li> <li>• Прокатывание мяча между предметами;</li> <li>• Проползание в вертикально стоящий обруч.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Курочка-хохлатка»</p>	Стр.67	Платочки, веревка, игрушка, мячи, вертикально стоящий обруч.
2	60	-:-	<p>Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег между двумя линиями, не наступая на них.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на месте на двух ногах с подпрыгиванием до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка;</li> <li>• Проползание под гимнастическую скамейку с захватом впереди стоящей игрушки;</li> <li>• Прокатывание мяча одной рукой, бег за мячом.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Мишки по лесу идут»</p>	Стр.68	Платочки, веревка, мячи.
3	61	-:-	<p>Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег со сменой направления движения в соответствии с указаниями</p>	Стр.69	Платочки по количеству детей, игрушка, веревка,

			<p>педагога.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подпрыгивание до предмета, находящейся выше поднятых рук ребенка;</li> <li>• Подползание под веревку (высота 30-40 см) с захватом стоящей впереди игрушки;</li> <li>• Катание мяча между предметами.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Попади в воротца»</p>		кубики, воротца.
3	62	-:-	<p>Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между двумя линиями, не наступая на них.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Перепрыгивание через две параллельные линии;</li> <li>• перелезание через бревно;</li> <li>• прокатывание мяча между предметами.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Попади в воротца»</p>	Стр.69	Платочки, две веревки, бревно, мячи, кубики, воротца.
4	63	-:-	<p>Ходьба с перешагиванием веревки (палки), поднятой на высоту 5-15 см. Бег со сменой направления движения в соответствии с указанием педагога.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Перепрыгивание через две параллельные линии;</li> <li>• Влезание на лестницу-стремянку (попытка), с помощью взрослого;</li> <li>• Прокатывание мяча двумя руками и одной друг другу между предметами.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Мишки по лесу идут»</p>	Стр.70	Платочки, две веревки, бревно, мячи, кубики, воротца, лестница-стремянка.
4	64	-:-	<p>Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между двумя линиями, не наступая на них.</p> <p><b>Основные движения</b></p>	Стр.71	Платочки по количеству детей, две веревки, обруч, мячи, воротца.

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проползание в вертикально стоящий обруч;</li> <li>• Прокатывание мяча в произвольном направлении.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Попади в воротца»</p>		
Май					
1	65	«Веселые кубики»	<p>Ходьба с перешагиванием веревки (палки), поднятой на высоту 5-15 см. Медленный бег – до 80 м.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки с продвижением вперед (от игрушки, к игрушке);</li> <li>• Проползание в два вертикально стоящих обруча;</li> <li>• Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Мой веселый звонкий мяч»</p>	Стр.73	Кубики по два на каждого ребенка, веревка (палка), поднятая на высоту 5-15 см, два обруча, игрушка, мяч, горка.
1	66	-:-	<p>Ходьба огибая предметы. Бег медленный до 80 м.</p> <p><b>Основные движения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на двух ногах как можно дальше;</li> <li>• Влезание на лестницу-стремянку (попытка), с помощью взрослого;</li> <li>• Прокатывание мяча двумя руками и одной друг другу между предметами.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Мой веселый звонкий мяч»</p>	Стр.73	Кубики по два на каждого ребенка, веревка, игрушки, мячи, стремянка.
2	67	-:-	<p>Ходьба с перешагиванием веревки (палки), поднятой на высоту 5-15 см. Медленный бег – до 80 м.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;</li> <li>• Прокатывание двух мячей поочередно (двумя</li> </ul>	Стр.74	Кубики, веревка (палка), две игрушки, мячи, две скамейки, две веревки.

			<p>руками) между предметами;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подползание под две скамейки, стоящие рядом.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Перешагни через ручеек»</p>		
2	68	-:-	<p>Ходьба огибая предметы. Бег медленный – до 80 м.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50см от пола;</li> <li>• Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу;</li> <li>• Прыжки как можно дальше с мячом в руках.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Мой веселый звонкий мяч»</p>	Стр.75	Кубики, гимнастическая палка, мячи, веревка.
3	69	-:-	<p>Ходьба с перешагиванием веревки (палки), поднятой на высоту 5-15 см. Непрерывный бег 30-40 секунд.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Перелезание через бревно;</li> <li>• Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;</li> <li>• Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой в произвольном направлении.</li> </ul> <p><b>Подвижная игра</b> «Попади в воротца»</p>	Стр.75	Кубики, веревка (палка), бревно, воротца.
3	70	-:-	<p>Ходьба огибая предметы. Непрерывный бег 30-40 секунд.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;</li> <li>• Подползание под скамейку;</li> <li>• Бросание мяча взрослому.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Мой веселый, звонкий мяч»</p>	Стр.76	Кубики, веревка, скамейка, мячи.

4	71	-:-	<p>Ходьба с перешагиванием веревки (палки), поднятой на высоту 5-15 см. Бег медленный – до 80 м.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки через две параллельные линии;</li> <li>• Влезание на лестницу-стремянку (попытки);</li> <li>• Прокатывание мяча поочередно правой и левой рукой.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Мишки по лесу идут»</p>	Стр.77	Кубики, две веревки, лестница-стремянка, мячи.
4	72	-:-	<p>Ходьба с перешагиванием веревки (палки), поднятой на высоту 5-15 см. Непрерывный бег 30-40 секунд.</p> <p><b>Основные движения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подползание под гимнастическую палку;</li> <li>• Прыжки с места на двух ногах до зрительного ориентира;</li> <li>• Прокатывание мяча поочередно правой и левой рукой между предметами.</li> </ul> <p><b>Игровое упражнение</b> «Мишки по лесу идут»</p>	Стр.77	Кубики по два на каждого ребенка, веревка, гимнастическая палка, игрушка, мячи.

Литература:

С.Ю. Федорова « Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет»