



*Блочное планирование
области «Физическое развитие»
детей раннего возраста*



Разработала: воспитатель
МДОУ «Детский сад №148 о.в.»
г. Магнитогорска Ильина О.А.

ГОДОВОЙ ПЛАН – ГРАФИК
 тематических блоков по физическому развитию
 детей раннего возраста в группе «Кроха» МДОУ №148.

Месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	
неделя	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	
Образоват. неделя	1 2 3 4	5 6 7 8	9 10 11 12	13 14 15 16	17 18 19 20	21 22 23 24	25 26 27 28	29 30 31 32	33 34 35 36	
										

БЛОКИ:

Легкая атлетика –



Зимние забавы -



Подвижные игры -



Гимнастика -



Школа мяча -



Диагностика -



ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

- с поворотом направо, налево;

4.Перепрыгивания:

- прыжки через ленту, веревку;

-через параллельные линии или веревки (на расстоянии 10-20 см.);

- из круга в круг.

5. Спрыгивания:

- с высоты 10, 20 см.;

- вверх, касаясь предмета, находящегося в 10-15 см. от поднятой руки ребенка;

- на месте на правой, левой ноге.

6. Прыжки в длину с места (как можно дальше).

7. Метание вдаль правой и левой рукой.

8. Подвижные игры: (Картотека по физическому развитию №2)

- «Листопад»;

- «Лохматый пес»;

- «Беги к тому, что назову»;

- «У медведя во бору»;

- «Солнышко и дождик»;

- «Воробышки и автомобиль»;

- «Мой веселый звонкий мяч»;

- «Целься вернее».

III. Заключительная часть

Упражнения:

- на внимание и координацию движений;

-подвижные игры малой интенсивности;

						Р	З	С	С	Р	З	С	С	
					+				+	+				
+	+													
			+	+										
						+	+					+	+	
								+						
														+
+	+	+	+			+	+	+	+	+	+	+	+	+
						+					+	+	+	

ГИМНАСТИКА

Неделя Занятия	9		10		11		12		13		14		15	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Содержание материала														
I.Подготовительная часть														
Строевые упражнения: - построение в шеренгу; - построение в круг; - построение в колонну по одному.	+	+	+	+			+	+						
Ходьба: - без задания; - на носках, руки вверх; - мелким и широким шагом; - по кругу с переменной направлением; - в чередовании с другими движениями;	+	+	+	+	+	+								
Бег: - в колонне; - в чередовании с ходьбой; - с ускорением и замедлением темпа; - широким шагом; - по узкой дорожке, между линиями.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ОРУ: 1. Типа зарядки 2. С гимнастической палкой 3. С погремушками 4. С большими обручами	+	+												
II.Основная часть														
1.Ползание: - по прямой (3-5 м) с опорой на колени и ладони; - по дорожке между линиями (предметами); - по лежащей на полу и наклонной доске с опорой на колени и ладони; - по гимнастической скамье; Подлезание под веревку, дугу (h – 50 см.); Пролезание в обруч;	Р	З Р	С З Р	С С З Р	С З Р	С З	С	+	+					

ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ

Неделя Занятия	17		18		19		20		21		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Содержание материала 1. Скольжение по ледяным дорожкам: - катать ребенка по наклонной ледяной дорожке держа его за руки или плечи. 2. Катание на санках: - везти санки поочередно: то правой, то левой рукой; - везти санки обеими руками; - везти санки, перевозя предметы; - толкать санки вперед, следуя за ними; - везти пустые санки вдвоем; - везти санки вдвоем, на которых сидит один ребенок. 3. Подвижные игры на снеговой площадке: (Картотека №2) - «Зайка беленький сидит»; - «Снег кружится...» - «Снег и ветер»; - «Снежные мячики»; - «Поймай снежинку»; - «Мороз Красный нос» - «Вороны и собачка»	Р	З	С	С						+	
		Р	З Р	С З Р	С З Р	С З Р	С З	С Р	С З	С З	+
	+		+	+	+	+	+	+	+	+	
		+						+	+	+	

ЭЛЕМЕНТЫ БАСКЕТБОЛА

Неделя	23		24		25		26		27		28		29		30		
	Занятие		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Содержание материала																	
I. Подготовительная часть																	
Ходьба:																	
- без задания;																	
- на носках, руки в стороны;																	
- в колонне;																	
- по кругу с изменением направления движения;																	
- в чередовании с другими движениями.																	
Бег:																	
- без задания;																	
- в медленном и быстром темпе;																	
- по извилистой дорожке, обегая поставленные в ряд кубы;																	
- широким шагом;																	
- в чередовании с ходьбой.																	
ОРУ:																	
1. Типа зарядки																	
2. С резиновыми мячами d= 12-15 см.																	
3. С резиновыми мячами d= 6-8 см.																	
II. Основная часть																	
1. Катание:																	
- катание мяча воспитателю двумя руками стоя и сидя (с расстояния 0,5- 1,5 м.);																	
- катание мяча двумя руками друг другу сидя (с расстояния (0,5-1 м.);																	
- катание мяча в ворота (ширина 40-50 см.) с расстояния 0,5-1 м.;																	
- ловля мяча, брошенного воспитателем;																	
2. Бросание:																	
- броски мяча снизу и из-за головы;																	
- броски мяча через ленту (сетку) двумя руками от груди (с расстояния 1-1,5 м.);																	
- броски мяча в горизонтальную цель, стоящую на полу (с расстояния 1-1,25 м.)																	
двумя руками;																	
- броски мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой.																	
3. Подвижные игры: (Картотека №2)																	
- «Сбей кеглю» (2.4.7);																	

<ul style="list-style-type: none"> - «Попади в комара» (2.4.3.); - «Прокати мяч!» (2.4.6); - «Попади в круг» (2.4.8); - «Целься вернее» (2.4.1); - «Догони мяч» (2.4.2.); - «Передай мяч» (2.4.4.); - «Тяжелый-легкий» (2.4.5.) 	+	+			+	+						+				+	
III. Заключительная часть																	
Упражнения:																	
- на внимание и координацию движений;	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
- игры малой интенсивности (Картотека по физическому развитию №2)	+	+	+									+	+	+	+	+	+

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Неделя Занятия	32		33		34		35	
	1	2	3	4	5	6	7	8
Содержание материала								
И. Подготовительная часть								
Строевые упражнения:								
- построение в круг;	+	+	+	+	+	+	+	+
- построение в шеренгу;				+	+	+	+	+
- построение в колонну;						+	+	+
Ходьба:								
- на носках с разным положением рук;	+	+	+	+	+	+	+	+
- с высоким подниманием колена;			+	+			+	
- широким и мелким шагом;	+	+						+
- с различными заданиями.					+	+	+	+
Бег:								
- без задания;	+	+	+	+	+	+	+	+
- в колонне;	+	+	+			+	+	+
- в чередовании с ходьбой;	+	+	+			+	+	+
- с остановкой.				+	+	+	+	+
ОРУ:								
1. Типа зарядки	+	+						
2. С гимнастической палкой			+	+				
3. С мешочками					+	+		
4. С лентами							+	+
II. Основная часть								
1. Ходьба:								
- по прямой и извилистой дорожке (шириной 20-30 см.);	З	С						
- по извилистой линии (2-3 м.);	Р	З	С					
- в рассыпную;		Р	З	С				
- с кружением на месте.			Р	З	С			
2. Бег:								
- между предметами;	С							
- по прямой дорожке (шириной 40-50 см.);		С						
- со сменой направления.			С					

<p>3.Поскоки: - вверх на месте на двух ногах, касаясь предмета, находящегося в 10-15 см. от поднятой руки ребенка; - с поворотом направо, налево;</p> <p>4.Перепрыгивания: - прыжки через ленту, веревку; -через параллельные линии или веревки (на расстоянии 10-20 см.); - из круга в круг.</p> <p>5. Спрыгивания: - с высоты 10, 20 см.;</p> <p>- вверх, касаясь предмета, находящегося в 10-15 см. от поднятой руки ребенка;</p> <p>6. Прыжки в длину с места (как можно дальше).</p> <p>7. Метание вдаль правой и левой рукой.</p> <p>8. Подвижные игры: (Картотека по физическому развитию №2) - «Гуси» (2.1.4); - «Кот Васька» (2.1.5.); - «Мотыльки» (2.1.6.); - «Лиса и цыплята» (2.1.7); - «Солнечные зайчики» (2.2.1); - «Зайчик в домики» (2.2.3.); - «По ровненькой дорожке» (2.3.2.); - «Мой веселый звонкий мяч» (2.4.7.)</p> <p style="text-align: center;">III. Заключительная часть</p> <p>Упражнения: - на внимание и координацию движений; - игры малой интенсивности (Картотека №2)</p>	С		С	С	С	С	С	С
				Р	З	Р	З	С
			Р	З	С			С
							Р	З
	С			С	С			С
	+							
		+						
			+					
				+				
					+			
						+		
							+	
								+
	+	+	+	+	+	+	+	+
	+		+			+	+	+

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Задачи:

1. Упражнять детей в беге, прыжках, равновесии.
2. Закреплять умение применять знакомые движения в играх.
3. Развивать быстроту движений, координацию, ловкость движений, внимание.
4. Формировать умение сознательно участвовать в игре, действовать быстро, ловко.

п/н	Содержание материала	1	2	3	4
I	Подготовительная часть				
1.	Ходьба: - без задания; - с изменением темпа; - с остановкой;	+	+	+	+
		+	Р	З	С
		+			+
2.	Бег: - без задания; - с изменением темпа; - мелким и широким шагом; - в чередовании с ходьбой;	+	+	+	+
		+		+	+
		+	+	+	
3.	ОРУ: - По типу ритмичной гимнастики под музыку; - По типу подвижной игры «Делай как я»;	+	+		
		+		+	+
II	Основная часть (Картотека по физическому развитию №2)				
	Подвижные игры на развитие основных движений (быстрота, ловкость, выносливость): - «Путешествие в лес» (ходьба в колонне, с изменением темпа) по типу игры 2.1.3; - «Курочка хохлатка» (2.1.9.); - «Зайчик в домике» (прыжки) 2.2.3; - «Воробушки и автомобиль» (спрыгивания, прыжки, бег); - «Охотники» (метание);	+	+	+	
			+		
			+		
		+		+	+
	Подвижные игры на развитие равновесия: - «Кошка и мышки» (2.5.4.); - «Карусели» (2.3.5.);			+	
				+	
	Подвижные игры на ориентировку в пространстве: - «Где звенит» (2.6.1.); - «Кружатся снежинки» (2.3.4.);	+	+	+	+
				+	
III	Заключительная часть				
	Игры малой подвижности, хороводные:				

	<ul style="list-style-type: none">- «Кабачок» (2.6.7.);- «Раздувайся, мой шар» (2.6.9.);- «Зернышко» (2.6.5.);- «Зайка» (2.6.6.)	+	+	+	+
--	---	---	---	---	---