

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН

Подвижные игры (1 младшая группа)

Задачи:

- Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.
- Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание).
- Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята)

ОБУЧЕНИЕ ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ ПО НЕДЕЛЯМ

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
1 месяц	Игра с бегом и ходьбой	Игры с прыжками	Игра с метанием	Движение под музыку и пение (хороводные)
2 месяц	Игра с бегом и ходьбой	Игра на ориентировку в пространстве, внимание	Игра с ползанием	Игры-забавы

Дата	Название игр	Цель
Октябрь, 1 неделя	1. Обучение: «Догони мяч» (бег)	Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, двигаться в коллективе, не толкаясь. Упражнять детей в беге в прямом направлении, и в разных направлениях.
Октябрь, 2 неделя	1. Обучение: «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)	Развивать у детей умение прыгать ритмично, в соответствии с текстом стихотворения, выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге, в подпрыгивании на 2 ногах. Закреплять у детей умение выполнять движения по сигналу

	2. Закрепление: «Догони мяч» (бег)	воспитателя, двигаться в коллективе, не толкаясь.
Октябрь, 3 неделя	1. Обучение: «Мяч в кругу» (метание)	Совершенствовать навык отталкивания мяча, учить ориентироваться в пространстве, развивать фиксацию взора, активизировать прослеживающую функцию глаза.
	2. Закрепление: «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)» 3. Упражнение: «Догони мяч» (бег)	Закреплять у детей умение прыгать ритмично, в соответствии с текстом стихотворения, выполнять движения по сигналу. Упражнять детей в умении выполнять движения по сигналу воспитателя, двигаться в коллективе, не толкаясь.
Октябрь, 4 неделя	1. Обучение: «Заинька» (движение под музыку и пение) 2. Закрепление: «Мяч в кругу» (метание) 3. Упражнение: «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)» 4. Усложнение: «Догони мяч» (бег)	Учить детей подпрыгивать на двух ногах, мягко приземляясь, внимательно слушать сигналы, выполнять движения в соответствии с текстом. Совершенствовать навык отталкивания мяча, закреплять у детей ориентировку в пространстве. Упражнять в прыжках. Упражнять детей в беге в прямом направлении, и в разных направлениях.

Ноябрь, 1 неделя	1. Обучение: «По тропинке» (бег)	Учить ходить друг за другом, не наталкиваясь.
	2. Закрепление: «Зайка» (движение под музыку и пение) 3. Упражнение: «Мяч в кругу» (метание) 4. Усложнение: «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)»	Закреплять у детей умение подпрыгивать на двух ногах, мягко приземляясь. Упражнять детей в отталкивании мяча, а также в ориентировке в пространстве. Упражнять в беге, в подпрыгивании на 2 ногах.
Ноябрь, 2 неделя	1. Обучение: «Где звенит?» (ориентировка в пространстве) 2. Закрепление: «По тропинке» (бег) 3. Упражнение: «Зайка» (движение под музыку и пение) 4. Усложнение: «Мяч в кругу» (метание)	Развивать у детей слух, внимание и выдержку. Закреплять ходьбу друг за другом, не наталкиваясь. Упражнять детей в подпрыгивании на двух ногах, мягко приземляясь, упражнять в отталкивании мяча, а также в ориентировке в пространстве.
Ноябрь, 3 неделя	1. Обучение: «Доползи до погремушки» (ползанье)	Учить детей ползать под шнур, не задевая его; упражнять в ползании по ограниченной площади; развивать навыки

		лазанья, воспитывать смелость и ловкость.
	2. Закрепление: «Где звенит?» (ориентировка в пространстве) 3. Упражнение: «По тропинке» (бег) 4. Усложнение: «Зайчик» (движение под музыку и пение)	Развивать у детей слух, внимание и выдержку, упражнять в ходьбе друг за другом, не наталкиваясь. Упражнять детей в подпрыгивании на двух ногах, мягко приземляясь.
Ноябрь, 4 неделя	1. Обучение: «Прятки» (игра - забава) 2. Закрепление: «Доползи до погремушки» (лазанье) 3. Упражнение: «Где звенит?» (ориентировка в пространстве) 4. Усложнение: «По тропинке» (бег)	Развлечь детей, способствовать созданию у них хорошего, радостного настроения, повеселить. Закреплять у детей умение подлезать под шнур, не задевая его; упражнять в ползании по ограниченной площади, развивать у детей слух, внимание и выдержку. Упражнять в ходьбе друг за другом по извилистой тропинке, не наталкиваясь друг на друга.
Декабрь, 1 неделя	1. Обучение: «Через ручеек» (бег)	Учить детей ходить и бегать группой в определенном направлении, друг за другом, по ограниченной площади, развивать чувство равновесия, ловкость, координацию движений.
	2. Закрепление: «Прятки» (игра- забава) 3. Упражнение: «Доползи до погремушки» (лазанье) 4. Усложнение: «Где звенит?» (ориентировка в пространстве)	Упражнять детей в подлезании под шнур, не задевая его; упражнять в ползании по ограниченной площади. Развивать у детей слух, внимание и выдержку.

Декабрь ,2 неделя	1. Обучение: «Зайка беленький сидит» (прыжки)	Развивать у детей умение согласовывать движение со словами. Упражнять в беге. В подпрыгивании на двух ногах, нахождении своего места. Способствовать развитию речи
	2. Закрепление: « Через ручеек» (бег) 3. Упражнение: «Прятки» (игра- забава) 4. Усложнение: «Доползи до погремушки» (лазанье)	Закреплять у детей ходьбу и бег группой в определенном направлении, друг за другом, по ограниченной площади. Упражнять детей в подлезании под дугу, не задевая ее.
Декабрь, 3 неделя	1. Обучение: «Прокати мяч» (метание) 2. Закрепление:»Зайка беленький сидит» (прыжки) 3. Упражнение: «Через ручек» (бег) 4. Усложнение: «Прятки» (игра- забава)	Учить детей катать мяч двумя руками друг другу. Закреплять у детей умение согласовывать движение со словами. Упражнять в беге, в подпрыгивании на двух ногах. Упражнять в ходьбе и беге группой в определенном направлении, друг за другом.
Декабрь, 4 неделя	1. Обучение: «Флажок» (движение под музыку и пение)	Развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей;

	<p>2. Закрепление: «Прокати мяч» (метание)»</p> <p>3. Упражнение: «Зайка беленький сидит» (прыжки)</p> <p>4. Усложнение: «Через ручеек» (бег)</p>	<p>Закреплять у детей умение катать мяч двумя руками друг другу.</p> <p>Упражнять в беге. В подпрыгивании на двух ногах, нахождении своего места.</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге группой в определенном направлении, друг за другом.</p>
Январь, 1 неделя	<p>1. Обучение: «Кто тише?» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Флажок» (движение под музыку и пение)</p> <p>3. Упражнение: «Прокати мяч» (метание)</p> <p>4. Усложнение: «Зайка беленький сидит» (прыжки)</p>	<p>Учить детей ходить подгруппой (всей группой) на носочках. Закреплять ориентацию в пространстве, обогащать двигательный опыт детей; Упражнять детей в катании мяча двумя руками друг другу.</p> <p>Упражнять в беге, в подпрыгивании на двух ногах.</p>
Январь, 2 неделя	<p>1. Обучение: «Найди флажок» (ориентировка в пространстве)</p> <p>2. Закрепление: «Кто тише?» (бег)</p> <p>3. Упражнение: «Флажок» (движение под музыку и пение)</p> <p>4. Усложнение: «Прокати мяч» (метание)</p>	<p>Развивать у детей наблюдательность, выдержку (не открывать глаза до сигнала «пора»).</p> <p>Закреплять у детей умение ходить подгруппой (всей группой) на носочках.</p> <p>Упражнять детей в катании мяча одной рукой под дугой.</p>
Январь 3 неделя	<p>1. Обучение: «Проползи в воротца» (ползанье)</p> <p>2. Закрепление: «Найди флажок» (ориентировка в пространстве)</p> <p>3. Упражнение: «Кто тише?» (бег)</p> <p>4. Усложнение: «Флажок» (движение под музыку и пение)</p>	<p>Совершенствовать навыки ползания, побуждать к этому движению, учить проползать под дугой, не задевая; упражнять в ползании по ограниченной площади. Закреплять ориентировку в пространстве, упражнять детей в ходьбе подгруппой (всей группой) на носочках по кругу, обогащать двигательный опыт детей;</p>

Январь, 4 неделя	<p>1. Обучение: «Дай кролику морковку» (игра- забава)</p> <p>2. Закрепление: «Проползи в воротца» (лазанье)</p> <p>3. Упражнение: «Найди флажок» (ориентировка в пространстве)</p> <p>4. Усложнение: «Кто тише?» (бег)</p>	<p>Развлечь детей, способствовать созданию у них хорошего, радостного настроения, повеселить.</p> <p>Закреплять навыки ползания, побуждать к этому движению, упражнять в проползании под дугой, не задевая; упражнять детей в ходьбе подгруппой (всей группой) на носочках по кругу.</p>
Февраль, 1 неделя	<p>1. Обучение: «Перешагни через палку» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Дай кролику морковку» (игра- забава)</p> <p>3. Упражнение: «Проползи в воротца» (лазанье)</p> <p>4. Усложнение: «Найди флажок» (ориентировка в пространстве)</p>	<p>Учить ходить по прямой дорожке с перешагиванием через предметы.</p> <p>Упражнять детей в ползании под дугой, не задевая ее; упражнять в ползании по ограниченной площади. Развивать у детей наблюдательность, выдержку.</p>
Февраль, 2 неделя	<p>1. Обучение: «Птички в гнездышках» (прыжки)</p> <p>2. Закрепление: «Перешагни через палку» (бег)</p> <p>3. Упражнение: «Дай кролику морковку» (игра- забава)</p> <p>4. Усложнение: «Проползи в воротца» (лазанье)</p>	<p>Учить детей ходить и бегать враспынную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу воспитателя, помогать друг другу.</p> <p>Закреплять умения детей ходить по прямой дорожке с перешагиванием через предметы. Упражнять детей в проползании под дугой, не задевая ее и не дотрагиваясь руками пола.</p>

Февраль, 3 неделя	<p>1. Обучение: «Лови мяч» (метание)</p> <p>2. Закрепление: «Птички в гнездышках» (прыжки)</p> <p>3. Упражнение: «Перешагни через палку» (бег)</p> <p>4. Усложнение: «Дай кролику морковку» (игра- забава)</p>	<p>Совершенствовать умение детей действовать с мячами , развивать умение ловить мяч двумя руками , бросать мяч, развивать глазомер, координацию движений, ловкость .</p> <p>Закреплять у детей умение ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; упражнять в ходьбе по прямой дорожке с перешагиванием через предметы.</p>
Февраль, 4 неделя	<p>1. Обучение: «Пузырь» (движение под музыку и пение)</p> <p>2. Закрепление: «Лови мяч» (метание)</p> <p>3. Упражнение: «Птички в гнездышках» (прыжки)</p> <p>4. Усложнение: «Перешагни через палку» (бег)</p>	<p>Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично.</p> <p>Упражнять детей в приседании и построении в круг, в беге по разным направлениям.</p> <p>Закреплять умение ловить мяч двумя руками , бросать мяч.</p> <p>Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную.</p> <p>Упражнять в ходьбе по прямой дорожке с перешагиванием через обручи.</p>
Март, 1неделя	<p>1. Обучение: «Догоните меня» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Пузырь» (движение под музыку и пение)</p> <p>3. Упражнение: «Лови мяч» (метание)</p> <p>4. Усложнение: «Птички в гнездышках» (прыжки)</p>	<p>Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, двигаться в коллективе, не толкаясь.</p> <p>Упражнять детей в беге в прямом направлении.</p> <p>Закреплять у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично.</p> <p>Упражнять в ловле мяча двумя руками.</p>

		Упражнять детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга;
Март, 2неделя	<p>1. Обучение: «Угадай, кто кричит» (ориентировка в пространстве)</p> <p>2. Закрепление «Догоните меня» (бег)</p> <p>3. Упражнение: «Пузырь» (движение под музыку и пение)</p> <p>4. Усложнение: «Лови мяч» (метание)</p>	<p>Развивать у детей наблюдательность, внимание, активность.</p> <p>Закреплять у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, двигаться в коллективе, не толкаясь.</p> <p>Упражнять детей в беге в прямом направлении.</p> <p>Упражнять детей в приседании и построении в круг, в беге по разным направлениям.</p> <p>Совершенствовать умение детей действовать с мячами , развивать умение ловить мяч двумя руками , бросать мяч.</p>
Март, 3неделя	<p>1. Обучение: «Не переползай через линию» (ползание)</p> <p>2. Закрепление: «Угадай, кто кричит» (ориентировка в пространстве)</p> <p>3. Упражнение: «Догоните меня» (бег)</p> <p>4. Усложнение: «Пузырь» (движение под музыку и пение)</p>	<p>Совершенствовать у детей навыки ползания , побуждать их к этому движению, учить проползать между линиями не задевая их.</p> <p>Развивать координацию движений, ловкость, воспитывать смелость.</p> <p>Упражнять детей в умение выполнять движения по сигналу воспитателя, двигаться в коллективе, не толкаясь.</p> <p>Упражнять детей в беге в прямом направлении.</p>

<p>Март, 4неделя</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение: «Напои лошадку» (игра-забава) 2. Закрепление: «Не переползай через линию» (лазанье) 3. Упражнение: «Угадай, кто кричит» (ориентировка в пространстве) 4. Усложнение: «Догоните меня» (бег) 	<p>Развлечь детей, способствовать созданию у них хорошего, радостного настроения, повеселить.</p> <p>Совершенствовать у детей навыки ползания , побуждать их к этому движению, упражнять в ползании между линиями не задевая их.</p> <p>Развивать у детей наблюдательность, внимание, активность.</p> <p>Упражнять детей в беге в разных направлениях.</p>

<p>Апрель, 1 неделя</p>	<p>1. Обучение: «Воробышки и автомобиль» (бег) 2. Закрепление: «Напои лошадку» (игра-забава) 3. Упражнение: «Не переползай через линию» (ползание) 4. Усложнение: «Угадай, кто кричит» (ориентировка в пространстве)</p>	<p>Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге в разных направлениях и прыжках. Совершенствовать у детей навыки ползания, побуждать их к этому движению, упражнять в ползании между линиями не задевая их.</p>
<p>Апрель, 2 неделя</p>	<p>1. Обучение: «Через ручеек» (прыжки) 2. Закрепление: «Воробышки и автомобиль» (бег) 3. Упражнение: «Напои лошадку» (игра-забава) 4. Усложнение: «Не переползай через линию» (лазанье)</p>	<p>Развивать у детей ловкость, упражнять в прыжках на обеих ногах, в равновесии. Закреплять у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге в разных направлениях и прыжках Совершенствовать у детей навыки ползания, побуждать их к этому движению, упражнять в ползании между извилистыми линиями не задевая их.</p>
<p>Апрель, 3 неделя</p>	<p>1. Обучение: «Попади в воротца» (метание) 2. Закрепление: «Через ручеек» (прыжки) 3. Упражнение: «Воробышки и автомобиль» (бег) 4. Усложнение: «Напои лошадку» (игра-забава)</p>	<p>Учить ребенка прокатывать мячи (шары, обручи) в нужном направлении, совершенствовать навык отталкивания мяча при катании. Упражнять в прыжках на обеих ногах, в равновесии. Упражнять в беге в разных направлениях и прыжках.</p>

<p>Апрель, 4 неделя</p>	<p>1. Обучение: «Солнышко и дождик» 2. Закрепление: «Попади в воротца» (метание) 3. Упражнение: «Через ручеек» (прыжки) 4. Усложнение: «Воробышки и автомобиль» (бег)</p>	<p>Развивать у детей умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, быстро реагировать на сигнал. Закреплять у детей умения прокатывать мячи (шары, обручи) в нужном направлении, совершенствовать навык отталкивания мяча при катании. Упражнять в беге в разных направлениях и прыжках.</p>
<p>Май, 1 неделя</p>	<p>1. Обучение: «Птички летают» (бег) 2. Закрепление: «Солнышко и дождик» 3. Упражнение: «Попади в воротца» (метание) 4. Усложнение: «Через ручеек» (прыжки)</p>	<p>Учить детей спрыгивать с невысоких предметов, бегать врассыпную, действовать по сигналу воспитателя, приучить детей помогать друг другу. Закреплять у детей умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, быстро реагировать на сигнал. Упражнять детей в умении прокатывать мячи (шары, обручи) в нужном направлении, совершенствовать навык отталкивания мяча при катании. Упражнять в прыжках на обеих ногах, и на одной ноге, в равновесии.</p>
<p>Май, 2 неделя</p>	<p>1. Обучение: «Где постучали?» (ориентировка в пространстве) 2. Закрепление: «Птички летают» (бег) 3. Упражнение: «Солнышко и дождик» 4. Усложнение: «Попади в воротца» (метание)</p>	<p>Закреплять умение ориентироваться в пространстве, соблюдать правила игры. Закреплять умение детей спрыгивать с невысоких предметов, бегать врассыпную. Упражнять детей в беге врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. Упражнять детей в прокатывании мяча (шары, обручи) в нужном направлении, сбивая, кеглю, совершенствовать навык отталкивания мяча при катании.</p>

Май, 3 неделя	<p>1. Обучение: «Обезьянки» (лазанье)</p> <p>2. Закрепление: «Где постучали?» (ориентировка в пространстве)</p> <p>3. Упражнение: «Птички летают» (бег)</p> <p>4. Усложнение: «Солнышко и дождик»</p>	<p>Развивать координацию движений, учить лазать по лестнице – стремянке , развивать ловкость, учить действовать поочередно.</p> <p>Закреплять умение ориентироваться в пространстве, соблюдать правила игры.</p> <p>Упражнять детей в спрыгивании с невысоких предметов, в беге врассыпную.</p>
Май, 4 неделя	<p>1. Обучение: «Маленькая птичка» (игра-забава)</p> <p>2. Закрепление: «Обезьянки» (лазанье)</p> <p>3. Упражнение: «Где постучали?» (ориентировка в пространстве)</p> <p>4. Усложнение: «Птички летают» (бег)</p>	<p>Развивать активную речь и внимание ребенка.</p> <p>Закреплять умение детей лазать по лестнице – стремянке , развивать ловкость.</p> <p>Упражнять детей в ориентировке в пространстве.</p> <p>Упражнять детей в спрыгивании с невысоких предметов, в беге врассыпную.</p>
	<p>1. Обучение: «Принеси предмет» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Маленькая птичка» (игра-забава) «</p> <p>3. Упражнение: «Обезьянки» (лазанье)</p> <p>4. Усложнение: «Где постучали?» (ориентировка в пространстве)</p>	<p>Учить ходить, бегать по одному, небольшими группами в определенном направлении, развивать чувство равновесия, ловкость, координацию движений.</p>

	<p>1. Обучение: «Огуречик» (прыжки)</p> <p>2. Закрепление: «Принеси предмет» (бег)</p> <p>3. Упражнение: «Маленькая птичка» (игра- забава)</p> <p>4. Усложнение: «Обезьянки» (лазанье)</p>	<p>Учить прыгать на двух ногах с продвижением вперёд; воспитывать умение играть в подвижную игру с простым содержанием и несложными движениями.</p>
Май, 3 неделя	<p>1. Обучение: «Целься точнее» (метание)</p> <p>2. Закрепление: «Огуречик» (прыжки)</p> <p>3. Упражнение: «Принеси предмет» (бег)</p> <p>4. Усложнение: «Маленькая птичка» (игра- забава)</p>	<p>Учить бросать мяч вперёд двумя руками снизу (из-за головы, от груди); развивать элементарные навыки попадания в цель, развивать глазомер, ловкость, координацию движений</p>
Май, 4 неделя	<p>1. Обучение: «Матрешки» (движение под музыку и пение)</p> <p>2. Закрепление: «Целься точнее» (метание)</p> <p>3. Упражнение: «Огуречик» (прыжки)</p> <p>4. Усложнение: «Принеси предмет» (бег)</p>	<p>Учить выполнять движения по тексту, показывать ладошки, сапожки.</p>