

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 3 (МАДОУ детский сад №3)

---

352900 г. Армавир, ул. п. Роцца, тел. 4-01-44

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ детского сада №3  
\_\_\_\_\_ К.О. Андриюшенко  
Приказ № \_\_\_\_-од от 31.08. 2022 года  
Утверждено решением педагогического совета  
МАДОУ детского сада №3  
протокол № 1 от 31.08. 2022 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

планирования образовательной деятельности с детьми по реализации  
образовательной области «Физическое развитие»  
в ходе освоения основной образовательной программы дошкольного образования  
в МАДОУ детском саду № 3  
(вторая младшая группа)

Срок реализации 1 год

Разработчик:  
Ю.С. Кудрявцева  
инструктор по ФК  
МАДОУ детского сада №3

Армавир  
2022 год

№ П/п	Содержание	страницы
1.	Целевой раздел	3
1.1	Пояснительная записка	4
1.1.1	Цели и задачи (обязательная часть и часть формируемая участниками образовательных отношений)	6
1.1.2	Принципы и подходы в организации образовательного процесса(обязательная часть и часть формируемая участниками образовательных отношений)	7
1.1.3	Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики.	11
1.2	Планируемые результаты освоения Программы.	12
2.	Содержательный раздел	13
2.1	Учебный план реализации Программы в группе	14
2.2	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка (обязательная часть и часть формируемая участниками образовательных отношений)	14-15
2.3	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	17
2.4	Способы и направления поддержки детской инициативы	18
2.5	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	19
2.6	Планирование воспитательно – образовательного процесса	21
2.7	Перспективное планирование	22
3.	Организационный раздел	37
3.1	Организация развивающей предметно – пространственной среды	38
3.2	Описание обеспечения методическими материалами и средствами обучения и воспитания (обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений)	41
3.3	Расписание занятий (непрерывной образовательной деятельности.)	41
3.4	Организация учебно – воспитательного процесса (приложение)	42

1. Целевой раздел.

## 1.1 Пояснительная записка.

Рабочая программа планирования образовательной деятельности с детьми по реализации образовательной области «Физическое развитие» разработана в соответствии с основной образовательной программой муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 3 (далее – ООП ДО). Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды.

Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка. Физкультурные праздники, физкультурный досуг, Дни здоровья являются важными компонентами активного отдыха детей. Многообразная деятельность детей, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, проводимыми на свежем воздухе в виде развлечений, способствует физической реакции детей, расслабления организма после умственной нагрузки, укреплению их здоровья полезными упражнениями и в плане всесторонней физической подготовки, и в плане активного отдыха детей являются спортивные игры и упражнения, в основе которых лежат все основные виды движений, выполняемых в самых разнообразных условиях.

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность ДОУ:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации», № 273 от 29.12.2012г.
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
- СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
- Уставом МАДОУ;
- Положением о рабочей программе педагога ДОУ;
- нормативно – правовыми актами, регулирующими деятельность инструктора по физической культуре образовательного учреждения. Основанием для разработки рабочей программы послужила ООПДО МАДОУ детского сада №3.
- Инструктору по физической культуре следует целенаправленно организовывать образовательный процесс так, чтобы от детей требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности. Такой подход не только стимулирует физическое развитие, но и способствует более успешному решению остальных образовательных задач.

### 1.1.1 Цели и задачи(обязательная часть и часть формируемая участниками образовательных отношений)

**Цель:** Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

**Реализация данной цели связана с решением следующих задач:**

**развитие** физических качеств — скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;

**накопление и обогащение** двигательного опыта детей — овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);

**формирование** потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Программа направлена на:

реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;

соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;

усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

**1.1.2.** Принципы и подходы в организации образовательного процесса(обязательная часть и часть формируемая участниками образовательных отношений)полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;

построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования; содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

сотрудничество Организации с семьей;

приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

учет этнокультурной ситуации развития детей.

Возрастные особенности детей от 3 до 7 лет

У ребенка с 3 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества.

Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему.

За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки.

За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным.

Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении. После года отмечаются прибавки на каждом году жизни по 2 – 2,5 кг. К 6 -7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка.

Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка.

Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 – 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника.

Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S – образный изгиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений.

В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь. В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с 3,5 – 4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается становая сила - сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 – 34 кг по сравнению с 15 – 17 кг в 3 – 4 года.

Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений.

В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечно-сосудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела.

На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки.

После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

Проявления в психическом развитии:

- хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;
- стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость;
- стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный

аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечно-фасциальный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей.

К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени – это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость).

Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет.

Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики. У ребенка развиты основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скоростные и силовые качества):

- сохраняет статическое равновесие (от 15 секунд), стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги);
- подбрасывает и ловит мяч двумя руками (от 10 раз);
- прыгает в длину с места, приземляясь на обе ноги и не теряя равновесие;
- бегает свободно, быстро и с удовольствием, пробегает со старта дистанцию 30 м, ловко обегает встречающиеся предметы, не задевая их;
- бросает теннисный мяч или любой маленький мяч, снежок, мешочек и прочее удобной рукой на 5-8 метров;
- хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку.

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений.

Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей.

Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение.



Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе непосредственно образовательной деятельности по физической культуре.

Причём, в каждом возрастном периоде непосредственно образовательная деятельность имеют разную направленность:

- Маленьким детям они должны доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучить приёмам элементарной страховки
- В среднем возрасте – развить физические качества (прежде всего выносливость и силу)
- В старших группах – сформировать потребность в движении, развивать двигательные способности и самостоятельность и т.д.

Поэтому мы пытаемся использовать разнообразные варианты проведения непосредственно образовательной деятельности:

Непосредственно образовательная деятельность по традиционной схеме.

Непосредственно образовательная деятельность, состоящая из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности.

Ритмическая гимнастика.

Соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей.

Сюжетно-игровая непосредственно образовательная деятельность.

Различные виды непосредственно образовательной деятельности (использование тренажеров и спортивных комплексов, туризм и другие).

### 1.1.3 Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики.

Возрастные и индивидуальные особенности.

Режим работы- пятидневный, с 7.30 до 17.30, с 10- часовым пребыванием детей в учреждении; выходные дни- суббота, воскресенье.

Общее количество воспитанников в группе:

2 младшая группа: 3гр.- 22 чел;

Группа , возраст	1	2	3
Младшая группа № 2	20	2	

составляет 2—2,5 кг. Дети активно овладевают разнообразными движениями.

Растущие двигательные возможности позволяют детям более активно знакомиться с окружающим миром, познавать свойства и качества предметов, осваивать новые способы действий. Но при этом малыши еще не способны постоянно контролировать свои движения. Поэтому воспитателю необходимо проявлять повышенное внимание к действиям детей, оберегать их от неосторожных движений, приучать к безопасному поведению в среде сверстников.

Организм младших дошкольников недостаточно окреп. Дети легко подвергаются инфекциям. Особенно часто страдают их верхние дыхательные пути, так как объем легких ребенка пока небольшой и малыш вынужден делать частые вдохи и выдохи. Эти особенности детей воспитателю надо постоянно иметь в виду: следить за чистотой воздуха в помещении, за правильным дыханием детей (через нос, а не ртом) на прогулке, во время ходьбы и подвижных игр.

В младшем возрасте интенсивно развиваются структуры и функции головного мозга ребенка, что расширяет его возможности в познании окружающего мира. Для детей этого возраста характерно наглядно-действенное и наглядно-образное мышление. Дети «мыслят руками»: не столько размышляют, сколько непосредственно действуют. Чем более разнообразно использует ребенок способы чувственного познания, тем полнее его восприятие, тоньше ощущения, ярче эмоции, а значит, тем отчетливее становятся его представления о мире и успешнее деятельность.

Младший дошкольный возраст (3-4 года). На рубеже трех лет любимым выражением ребенка становится «Я сам!». Отделение себя от взрослого и вместе с тем желание быть как взрослый — характерное противоречие кризиса трех лет.

В младшем дошкольном возрасте поведение ребенка непроизвольно, действия и поступки ситуативны, их последствия ребенок чаще всего не представляет, нормативно развивающемуся ребенку свойственно ощущение безопасности, доверчиво-активное отношение к окружающему.

У развивающегося трехлетнего человека есть все возможности овладения

навыкамисамообслуживания (становление предпосылок трудовой деятельности). К концучетвёртого года жизни младший дошкольник овладевает элементарной культуройповедения во время еды за столом и умывания в туалетной комнате. Подобные навыки основываются на определённом уровне развития двигательной сферы ребёнка, одним изосновных компонентов которого является уровень развития моторной координации.

В этот период высока потребность ребёнка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Ребёнок начинаетосваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражненийстремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвестидвижение и др.).

### **1.2 Планируемые результаты освоения Программы.**

Конечным результатом освоения Образовательной программы является форсированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):

**Физические качества:** ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни

#### **Общие показатели физического развития.**

**Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.**

Двигательные умения и навыки.

Двигательно-экспрессивные способности и навыки.

Навыки здорового образа жизни.

### **1.3 Планируемые результаты:**

#### **Вторая младшая группа:**

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

Воспитание культурно-гигиенических навыков;

Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

## **2. Содержательный раздел.**

## 1.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план специально-организованной деятельности  
на неделю.

занятия	проводит	Группа ( занятия в неделю)
2младшая		
1	2	3
Физическая культура	Инструктор по физической культуре	3
Физическая культура на воздухе	инструктор по физической культуре	-

Учебный план специально-организованной деятельности  
на месяц

занятия	проводит	Группа ( занятия в месяц)
2младшая		
1	2	3
Физическая культура	Инструктор по физической культуре	10-13
Физическая культура на воздухе	инструктор по физической культуре	-

2.2 Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка (обязательная часть и часть формируемая участниками образовательных отношений).

Образовательная область «Физическое развитие»  
Младшая группа (Четвертый год жизни).

Задачи образовательной деятельности	Результаты образовательной деятельности. Достижения ребенка (что нас радует)
-------------------------------------	--

Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям. - Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые	- Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен. - При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными
--	--

<p>качества, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости;</p> <p>- Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя;</p> <p>- Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками</p> <p>- Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой.</p>	<p>возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.</p> <p>- Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.</p> <p>- Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре</p> <p>- С удовольствием применяет культурно гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату.</p> <p>- С интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания.</p>
---	--

### **Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы.**

При реализации образовательной программы педагог:

- продумывает содержание и организацию совместного образа жизни детей, условия эмоционального благополучия и развития каждого ребенка;
- определяет единые для всех детей правила сосуществования детского общества, включающие равенство прав, взаимную доброжелательность и внимание друг к другу, готовность прийти на помощь, поддержать;
- соблюдает гуманистические

принципы педагогического сопровождения развития детей, в числе которых забота, теплое отношение, интерес к каждому ребенку, поддержка и установка на успех, развитие детской самостоятельности, инициативы;

- осуществляет развивающее взаимодействие с детьми, основанное на современных педагогических позициях: «Давай сделаем это вместе»; «Посмотри, как я это делаю»;
- «Научи меня, помоги мне сделать это»;
- сочетает совместную с ребенком деятельность (игры, труд, наблюдения и пр.) и самостоятельную деятельность детей;
- ежедневно планирует образовательные ситуации, обогащающие практический и познавательный опыт детей, эмоции и представления о мире;
- создает развивающую предметно-пространственную среду;
- наблюдает, как развиваются самостоятельность каждого ребенка и взаимоотношения детей;
- сотрудничает с родителями, совместно с ними решая задачи воспитания и развития малышей.

Основной образовательной единицей педагогического процесса является непрерывная образовательная деятельность (образовательная игровая ситуация, игры – занятия, практикумы, тренинги), т.е. такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и организуется педагогом с целью решения определенных задач развития и воспитания с учетом возрастных особенностей и интересов детей. Планируя развивающую ситуацию, воспитателю необходимо согласовывать содержание разных разделов программы, добиваться комплексности, взаимосвязи образовательных областей.

## 2-я младшая группа

Младший возраст — важнейший период в развитии дошкольника, который характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В это время происходит переход ребенка к новым отношениям с взрослыми, сверстниками, с предметным миром. В раннем возрасте ребенок многому научился: он освоил ходьбу, разнообразные действия с предметами.

### Модель организации физического воспитания

Формы организации	Младшая группа
<i>1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада</i>	

1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 минут
1.2. Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3-х минут)
1.3. Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 6-10 минут
1.4 Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна
1.5 Дыхательная гимнастика	Ежедневно после дневного сна
<i>2. Физкультурные занятия</i>	
2.1 Физкультурные занятия в зале	3 раза в неделю по 15 минут
<i>3. Спортивный досуг</i>	
3.1 Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя, продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка
3.2 Спортивные праздники	-----
3.3 Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в месяц
3.4 Дни здоровья	1 раз в квартал

### **2.3 Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.**

Во второй половине дня организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. В культурных практиках воспитателем создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей.

Организация культурных практик носит преимущественно подгрупповой характер. Детский досуг-вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. Как правило, в детском саду организуются досуги «Здоровья и подвижных игр», музыкальные и литературные досуги. Возможна организация досугов в соответствии с интересами и предпочтениями детей (в старшем дошкольном возрасте). В

этом случае досуг организуется как «кружок». Например, для занятий рукоделием, художественным трудом и пр.



## **2.4 Способы и направления поддержки детской инициативы.**

2-я младшая группа

В младшем дошкольном возрасте начинает активно проявляться потребность в познавательном общении со взрослыми, о чем свидетельствуют многочисленные вопросы, которые задают дети. Воспитатель поощряет познавательную активность каждого ребенка, развивает стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов. Следует проявлять внимание к вопросам детей, побуждать и поощрять

их познавательную активность, создавая ситуации самостоятельного поиска решения возникающих проблем.

Воспитатель показывает детям пример доброго отношения к окружающим: как утешить обиженного, угостить, обрадовать, помочь. Он помогает малышам увидеть в мимике и жестах проявление яркого эмоционального состояния людей. Своим одобрением и примером воспитатель поддерживает стремление к положительным поступкам, способствует становлению положительной самооценки, которой ребенок начинает дорожить.

Младшие дошкольники — это в первую очередь «деятели», а не наблюдатели. Опыт активной разнообразной деятельности составляет важнейшее условие их развития.

Поэтому пребывание ребенка в детском саду организуется так, чтобы он получил возможность участвовать в разнообразных делах: в играх, двигательных упражнениях, в действиях по обследованию свойств и качеств предметов и их использованию, в рисовании, лепке, речевом общении, в творчестве (имитации, подражании образам животных, танцевальные импровизации и т. п.)

## 2.5 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников:

1. Познакомить родителей с особенностями физического, социально-личностного, познавательного и художественного развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.
2. Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.
3. Познакомить родителей с особой ролью семьи, близких в социально-личностном развитии дошкольников. Совместно с родителями развивать доброжелательное отношение ребенка к взрослым и сверстникам, эмоциональную отзывчивость к близким, уверенность в своих силах.
4. Совместно с родителями способствовать развитию детской самостоятельности, простейших навыков самообслуживания, предложить родителям создать условия для развития самостоятельности дошкольника дома.
5. Помочь родителям в обогащении сенсорного опыта ребенка, развитии его любознательности, накоплении первых представлений о предметном, природном и социальном мире.
6. Развивать у родителей интерес к совместным играм и занятиям с ребенком дома, познакомить их со способами развития воображения, творческих проявлений ребенка в разных видах художественной и игровой деятельности.



### План работы с родителями.

<b>1.</b>	<b>Проведение индивидуальных бесед с родителями</b>	<b>Месяц</b>
<b>2.</b>	<b>Проведение бесед и консультаций</b>	
	Консультация «Не мешайте детям ползать и лазать»	Сентябрь
	Семинар – практикум «Организация совместной работы ДОУ и родителей по формированию ЗОЖ у дошкольников»	Октябрь
	Консультация «Роль дыхательной гимнастики в оздоровлении детей»	Ноябрь
	Консультация «Физическая готовность детей к обучению в школе»	Декабрь
	Консультация «Советы родителям гиперактивного ребенка»	Январь
	Консультация «Роль двигательной активности в физическом развитии и здоровье ребенка»	Февраль
	Консультация «Зрение и здоровье»	Март
	Консультация «Совместные занятия спортом детей и родителей»	Апрель
	Консультация «Сколиоз - патологическое боковое искривления позвоночного столба»	Май
<b>3.</b>	<b>Памятки для родителей</b>	
	Тренажеры, массажеры	
	Движения «особого ребенка»	
<b>4.</b>	<b>Дорожка здоровья для родителей</b>	
	Дорожка здоровья: для родителей(для преодоления ожирения)	Ноябрь
	Дорожка здоровья: ( ухо - горло - нос)	Январь
	Дорожка здоровья ( профилактика плоскостопия»	Май
<b>5.</b>	<b>Проведение тематических родительских собраний</b>	
	«Адаптация к детскому саду»	Сентябрь
	Старший дошкольный возраст , какой он?	Декабрь

### Работа с педагогическим коллективом

1.	Брошюра «Гимнастика пробуждения как один из компонентов оздоровительной работы»	Сентябрь
2.	Консультация «Пальчиковые игры и упражнения для развития дошкольников»	Октябрь
3.	Консультация «Формирование интереса к подвижной игре»	Ноябрь
4.	Консультация «Физическое развитие, как основная форма воспитания двигательной культуры	Декабрь

	дошкольников»	
5.	Консультация «Подвижные игры и забавы на прогулке зимой»	Январь
6.	Консультация «Виды утренней гимнастики и возможности ее использования»	Февраль
7.	«Школа для родителей» Тренинг для родителей «Босиком от простуды»	Март
8.	Консультация «Значение дыхательной гимнастики для детей дошкольного возраста»	Апрель
9.	Консультация «Инновационные подходы в физкультурно–оздоровительной работе»	Май
10.	Консультации педагогов	По заявке в течении года

## 2.6. Планирование воспитательно - образовательного процесса

№	Мероприятия	Срок проведения
<b>1.</b>	<b>Организационно – методическая работа</b>	
1.1	Посещение городских объединений инструкторов по физическому развитию	В течение года
1.2	Составление месячных планов работы	Ежемесячно
1.3	Подбор методической литературы	В течении года
1.4	Составление месячных планов работы	Сентябрь
1.5	Составление конспектов НОД	В течении года
1.6	Подготовка к выступлению на родительских собраниях, педсоветах, семинарах для родителей и педагогов	По заявке
1.7	Оформление отчетной документации	В течении года
1.8	Участие в методических семинарах, конференциях	В течении года
<b>2.</b>	<b>Работа с детьми</b>	
2.1	НОД (по плану)	В течении года
2.2	Индивидуальная работа	В течении года
<b>2.3</b>	<b>Вечера развлечений</b>	
	День знаний	Сентябрь
	День отца 16 октября	Октябрь
	День матери	Ноябрь
	День Героев Отечества 9 декабря	Декабрь
	Прощание с елкой	Январь
	День защитника Отечества	Февраль
	«В гости к мойдодыру»	Март
	День космонавтики	Апрель
	9 мая	Май
<b>2.4</b>	<b>Спортивные мероприятия</b>	
	Зов Джунглей	Февраль
	Велогонка	Июнь
<b>3.</b>	<b>Диагностическая работа</b>	
3.1	Анкетирование родителей	Сентябрь, Май
3.2	Диагностика детей	Сентябрь, Май
3.3	Заполнение паспортов здоровья	Сентябрь, Май

## 2.7 Перспективное планирование.

Физическая культура

Пояснительная записка

(вторая младшая группа)

Задачи воспитателя:

- Учить детей согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп;
- Учить детей реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним;
- Учить детей самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя выполнять физические упражнения;
- Принимать активное участие в подвижных играх;
- Направленно развивать скоростно-силовые качества детей.

Что осваивает ребенок

1. Построения и перестроения. Порядковые упражнения.

Повороты на месте.

2. Общеразвивающие упражнения:

- с предметами и без предметов;
- в различных положениях (стоя, сидя, лежа).

3. Основные движения:

- разные виды ходьбы с заданиями;
- бег со сменой темпа и направления;
- прыжок в длину с места двумя ногами и в глубину (спрыгивание);
- прокатывание предмета, упражнения с мячом (отбивание и ловля); бросание предметов одной и двумя руками горизонтально и вертикально в цель, вдаль;
- лазание приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами.

4. Ритмические упражнения.

5. Спортивные упражнения:

- катание на трехколесном велосипеде;
- ступающий шаг и повороты на месте на лыжах;
- скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых.

6. Подвижные игры. Основные правила игр.

Содержание физических упражнений

Построения: свободное, в рассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг.

Перестроение: из колонны в 2—3 звена по ориентирам.

Повороты, переступая на месте.

Исходные положения: стоя, ноги слегка расставив, сидя, лежа, стоя на коленях.

Положения и движения головы: вверх, вниз, повороты направо, налево (3—4 раза).  
Положения и движения рук (одновременные, однонаправленные): вперед—назад, вверх, в стороны; махи (вперед—назад, перед собой, над головой), сжатие—разжатие пальцев (5—6 раз).

Положения и движения туловища: наклоны (вперед, влево, вправо), повороты (влево, вправо) - 3—4 раза.

Положения и движения ног: приседания, подскоки па месте (20—25 раз каждое).  
Ходьба и упражнения в равновесии: ходьба обычная, на носках, на месте с высоким

подниманием бедра («стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, заведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске (длина 2—3 м, ширина 20 см); то же с перешагиванием предметов (ширина 10—15 см), рейки лестницы; ходьба по наклонной доске (ширина 30—35 см, приподнята на 20 см).

Бег: «стайкой», в рассыпную, в колонне по одному, парами, по прямой и «змейкой», с остановками, между предметами, с ускорением и замедлением (с изменением темпа); бегна скорость (15—20 м), в медленном темпе.

Прыжки: на месте, с продвижением вперед (2—3 м), из кружка в кружок., вокруг предметов и между ними; прыжки в глубину (20—25 см); прыжки в длину с места (до 50 см); прыжки в высоту с места: через линию, шнур, предмет (высота 5 см), через линии (4—6) поочередно.

Катание, бросание, ловля: катание мяча двумя руками друг другу (расстояние 1,5 м), поддуги (ширина 50—60 см), между предметами; ловля мяча, брошенного взрослым (расстояние 70—100 см); бросание мяча вверх, отбивание мяча об пол 2—3 раза подряд; метание предметов на дальность (не менее 2,5 м), в вертикальную цель (расстояние 1—1,5 м), в горизонтальную цель (расстояние 1,5—2 м).

Ползание и лазание: ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3—6 м), «змейкой» между предметами (4—5 предметов), по наклонной доске; подлезание под скамейку (прямо и боком), под дуги (высота 40 см); перелезание через бревно; лазание по лесенке, стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Ходьба, бег под музыку в заданном темпе, выполнение упражнений с предметами (лентами, флажками, платочками, султанчиками) в соответствии с характером музыки.

Катание на трехколесном велосипеде по прямой, с поворотами, по кругу.

Хождение на лыжах ступающим шагом, с поворотами, переступанием.

Подготовка к плаванию: передвижение в воде, обливание водой лица, головы.

Катание на санках кукол, друг друга с невысоких горок.

Скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах с помощью взрослого.

Подвижные игры с ходьбой, бегом, прыжками, подлезанием и лазанием, бросанием иловлей.

Двигательные умения. Строиться в круг, в колонну, парами, находить свое место; начинать и заканчивать упражнения по сигналу; сохранять правильное положение тела, соблюдая заданное направление; ходить, не опуская головы, не шаркая ногами,

согласовывая движения рук и ног; бегать, не опуская головы; одновременно отталкиваться двумя ногами и мягко приземляться в прыжках в длину с места и спрыгиваниях; ловить мяч кистями рук, не прижимая его к груди; отбрасывать мяч, поражать вертикальную и горизонтальную цель; подлезать под дугу (40 см), не касаясь руками пола; лазать и перелезать по лесенке-стремянке (высота 1,5 м) уверенно; лазать по гимнастической стенке приставным шагом; выполнять упражнения в заданном темпе; передвигаться по лыжне ступающим шагом, делать повороты, переступания; активно включаться в игры, выполнять основные правила игры.

Уровни освоения программы:

**Низкий.** Ребенок напряжен, неуверенно выполняет большинство упражнений, движения

скованные, координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании); не умеет действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстает от общего темпа выполнения упражнений: необходим обязательный показ движения. Активно и заинтересованно участвует в подвижных играх.

**Средний.** Ребенок уверенно, с небольшой помощью воспитателя выполняет основные

движения, общеразвивающие упражнения, соблюдает нужное направление, основную форму и последовательность действий; действует в соответствии с указаниями в общем ритме и темпе; с желанием включается и осваивает новые разнообразные движения; соблюдает правила в подвижных играх.

**Высокий.** Ребенок уверенно, самостоятельно и точно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в

играх; быстро реагирует на сигнал, переключается с одного движения на другое; с большим удовольствием участвует в играх; строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.

Минимальные результаты

Бег на 30 м ..... 13,5 сек

Прыжки в длину с места ..... 40 см

Бросание предмета ..... 4 м



Бросание набивного мяча (1 кг)..... 90 см

Спрыгивание (прыжки в глубину) ..... 20—25 см

В неделю 3 НОД, в месяц – 10-13 НОД, за год – 106-109 НОД

## ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### Физическое развитие (вторая младшая группа)

№ НОД	Задачи
1 (занятия 1, стр.(23,24) Л.И. Пензулаева	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.
2 (занятия 2, стр. (23,24) Л.И. Пензулаева	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.
3 (занятия 2, стр. (24,25) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.
4 (занятия 2, стр.(24,25) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.
5 (занятия 3, стр. (25,26) Л.И. Пензулаева	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.
6 (занятия 3, стр. (25,26) Л.И. Пензулаева	.Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.
7 (занятия 4, стр. (26) Л.И. Пензулаева	Развивать ориентировку в пространстве, умении действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.
8 (занятия 4, стр. (26) Л.И. Пензулаева	Развивать ориентировку в пространстве, умении действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.

9 (занятия 5, стр. (28,29) Л.И. Пензулаева	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.
10 (занятия 5, стр. (28,29) Л.И. Пензулаева	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.
11 (занятия 6, стр. (29) Л.И. Пензулаева	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.
12 (занятия 6, стр. (29) Л.И. Пензулаева	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.
13 (занятия 7, стр. (30,31) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.
14 (занятия 7, стр. (30,31) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.
15 (занятия 8, стр. (31,32) Л.И. Пензулаева	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.
16 (занятия 8, стр. (31,32) Л.И. Пензулаева	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.
17 (занятия 9, стр. (33,34) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.

<p>18(занятия 9, стр. (33,34) Л.И. Пензулаева</p>	<p>Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.</p>
<p>19(занятия 10, стр. (34,35) Л.И. Пензулаева</p>	<p>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.</p>
<p>20(занятия 10, стр. (34,35) Л.И. Пензулаева</p>	<p>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.</p>
<p>21 (занятия 11, стр. (35,36) Л.И. Пензулаева</p>	<p>Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.</p>
<p>22 (занятия 12, стр. (35,36) Л.И. Пензулаева</p>	<p>Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.</p>
<p>23 (занятия 12, стр. (37,38) Л.И. Пензулаева</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.</p>
<p>24 (занятия 12, стр. (37,38) Л.И. Пензулаева</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.</p>

25 (занятия 13, стр. (38,39) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивую равновесия и прыжках.
26 (занятия 13, стр. (38,39) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивую равновесия и прыжках.
27 (занятия 14, стр. (40,41) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.
28 (занятия 14, стр. (40,41) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.
29 (занятия 15, стр. (41,42) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.
30 (занятия 15, стр. (41,42) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.
31 (занятия 16, стр. (42,43) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.
32 (занятия 16, стр. (42,43) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.

33 (занятия 17, стр. (43,44) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки и двух ногах, продвигаясь вперед.
34 (занятия 17, стр. (43,44) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки и двух ногах, продвигаясь вперед.
35 (занятия 18, стр. (45,46) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокаты наши мяча, развивая ловкость и глазомер.
36 (занятия 18, стр. (45,46) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокаты наши мяча, развивая ловкость и глазомер.
37 (занятия 19, стр. (46,47) Л.И. Пензулаева	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя и ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.
38 (занятия 19, стр. (46,47) Л.И. Пензулаева	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя и ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.
39 (занятия 20, стр. (47,48) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять ползание под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивое равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.
40 (занятия 20, стр. (47,48) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять ползание под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивое равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.
41 (занятия 21, стр. (50) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.
42 (занятия 21, стр. (50) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.

43 (занятия 22, стр. (51,52) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей и ходьбе и беге с выполнением заданий; и прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.
44 (занятия 22, стр. (51,52) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей и ходьбе и беге с выполнением заданий; и прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.
45 (занятия 23, стр. (52,53) Л.И. Пензулаева	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.
46 (занятия 23, стр. (52,53) Л.И. Пензулаева	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.
47 (занятия 24, стр. (53,54) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.
48 (занятия 24, стр. (53,54) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.
49 (занятия 25, стр. (54,55) Л.И. Пензулаева	.Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.
50 (занятия 25, стр. (54,55) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.
51 (занятия 26, стр. (56,57) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.
52 (занятия 26, стр. (56,67) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.
53 (занятия 27, стр. (57,58) Л.И. Пензулаева	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании па повышенной опоре.

54 (занятия 27, стр. (57,58) Л.И. Пензулаева	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании па повышенной опоре.
55 (занятия 28, стр. (58,59) Л.И. Пензулаева	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.
56 (занятия 28, стр. (58,59) Л.И. Пензулаева	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.
57 (занятия 29, стр. (60,61) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.
58 (занятия 29, стр. (60,61) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.
59(занятия 30, стр. (61,62) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.
60 (занятия 30, стр. (61,62) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.
61 (занятия 31, стр. (62,63) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.
62 (занятия 31, стр. (62,63) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.
63 (занятия 32, стр. (63,64) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметам и; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.



64 (занятия 32, стр. (63,64) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание междупредметам и; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.
65 (занятия 33, стр. (65,66) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.
66 (занятия 33, стр. (65,66) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.
67 (занятия 34, стр. (66,67) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.
68 (занятия 34, стр. (66,67) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.
69 (занятия 35, стр. (67,68) Л.И. Пензулаева	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.
70 (занятия 35, стр. (67,68) Л.И. Пензулаева	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.
71 (занятия 36, стр. (68) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.
72 (занятия 36, стр. (68) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.
73 (занятия 1, стр. (23) Л.И. Пензулаева	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.
74 (занятия 2, стр. (24,25) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.
75 (занятия 2, стр. (24,25) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.

76 (занятия 3, стр. (25,26) Л.И. Пензулаева	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.
77 (занятия 3, стр. (25,26) Л.И. Пензулаева	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.
78 (занятия 4 стр. (26,27) Л.И. Пензулаева	Развивать ориентировку в пространстве, умения действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.
79 (занятия 4, стр. (26,27) Л.И. Пензулаева	Развивать ориентировку в пространстве, умения действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.
80 (занятия 5, стр. (28,29) Л.И. Пензулаева	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.
81 (занятия 5, стр. (28,29) Л.И. Пензулаева	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.
82 (занятия 6, стр. (29) Л.И. Пензулаева	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.
83 (занятия 6, стр. (29) Л.И. Пензулаева	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.
84 (занятия 7, стр. (30,31) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.
85 (занятия 7, стр. (30,31) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.
86 (занятия 8, стр. (31,32) Л.И. Пензулаева	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.
87 (занятия 8, стр. (31,32) Л.И. Пензулаева	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.
88 (занятия 13, стр. (38,39) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивую равновесия и прыжках.

89 (занятия 13, стр. (38,39) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивую равновесия и прыжках.
90 (занятия 14, стр. (40,41) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.
91 (занятия 14, стр. (40,41) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.
92 (занятия 15, стр. (41,42) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.
93 (занятия 15, стр. (41,42) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.
94 (занятия 17, стр. (43,44) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки и двух ногах, продвигаясь вперед.
95 (занятия 17, стр. (43,44) Л.И. Пензулаева	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки и двух ногах, продвигаясь вперед.
96 (занятия 19, стр. (46,47) Л.И. Пензулаева	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя и ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.
97 (занятия 19, стр. (46,47) Л.И. Пензулаева	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя и ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.
98 (занятия 21, стр. (50) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.
99 (занятия 21, стр. (50) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.
100 (занятия 24, стр. (53,54) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.

101 (занятия 24, стр. (53,54) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.
102 (занятия 25, стр. (54,55) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.
103 (занятия 25, стр. (54,55) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.
104 (занятия 26, стр. (56,57) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.
105 (занятия 26, стр. (56,57) Л.И. Пензулаева	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.
106 (занятия 27,стр.(57,58) Л.И. Пензулаева	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании па повышенной опоре.
107 (занятия 1, стр. (23) Л.И. Пензулаева	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.
108 (занятия 2, стр. (24,25) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.
109 (занятия 15, стр. (41,42) Л.И. Пензулаева	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.

### **3.Организационный**

### **3.1 Организация развивающей предметно – пространственной среды**

#### **Компоненты построения предметно-пространственной среды.**

Модель построения предметно-пространственной среды включает три компонента: предметное содержание, его пространственную организацию и изменение во времени.

К наполнению развивающей среды (предметному содержанию) относятся: игры, предметы и игровые материалы, учебно-игровое оборудование.

Пространственная организация.

Предусмотренная возможность трансформации и изменения расположения некоторых игровых оборудование в центре по мере необходимости, использования пространствообразующих материалов.

В спорт зале создана уютная естественную обстановку, гармоничная по цветовому и пространственному решению. Преобладают светлые пастельные тона для оформления стен, подобрана оборудования естественных оттенков.

В процессе проектирования среды продуманы варианты ее изменения. Условно можно выделить следующие линии:

- времени (обогащение центров новыми материалами и изменение организации пространства в течение года);
- освоенности (с ориентировкой на зону ближайшего развития детей и уже освоенного);
- стратегического и оперативного изменения (по мере решения конкретных задач и разветвления определенного вида деятельности).

Особенности организации предметно-развивающей среды спортивного зала.

Насыщенная развивающая, предметно-пространственная среда становится основой для организации увлекательной, содержательной жизни и разностороннего развития каждого ребенка.

Вся организация педагогического процесса детского сада предполагает свободу передвижения ребенка по всему зданию, а не только в пределах своего спорт зала.

Детям должны быть доступны все функциональные пространства детского сада, включая те, которые предназначены для взрослых. Конечно, доступ в помещения для взрослых, например в методический кабинет, кухню или прачечную, должен быть ограничен, но незакрыт, так как труд взрослых всегда интересен детям.

Способность детей-выпускников свободно ориентироваться в пространстве и времени помогает им легко адаптироваться к особенностям школьной жизни.

Если позволяют условия учреждения, можно обустроить места для самостоятельной деятельности детей не только в спортивном зале, но и в спальнях, раздевалках, холлах.

Все это способствует эмоциональному раскрепощению, укрепляет чувство уверенности в себе и защищенности.

Предметно-пространственная среда организуется по принципу небольших полузамкнутых микропространств, для того чтобы избежать скученности детей и способствовать играм подгруппами в 3-5 человек. «Спортивный зал», обеспечивающей двигательную активность и организацию здоровьесберегающую деятельность детей.

Есть ряд показателей, по которым воспитатель может оценить качество созданной в спортивном зале развивающей предметно-игровой среды и степень ее влияния на детей: низкий уровень шума в зале (так называемый «рабочий шум»), при этом голос воспитателя не доминирует над голосами детей, но тем не менее хорошо всем слышен. Положительный эмоциональный настрой детей, их жизнерадостность, открытость, желание посещать детский сад. Организация развивающей предметно – пространственной среды для физкультурного зала.

<b>Тип оборудования</b>	<b>Наименование</b>	<b>Кол - во</b>
Для ходьбы, бега, равновесия.		
	Доска с ребристой поверхностью	1
	Доска гладкая с зацепами	1
	Коврик массажный	1
	Скамейка гимнастическая	4
	Модуль мягкий (Комплект из 15 сегментов)	3
	Балансиры	2
	Эстафетные палочки	2
	Тренажер « беговая дорожка»	1
Для прыжков	Гимнастический набор: обручи, палки, подставки.	2
	Скакалка короткая	20
	Мат гимнастический	6
	Дорожка- «по камушкам»	2
	Дорожка	1
Для катания, бросания и ловли	Кегли (набор)	2
	Кольцеброс( набор)	2
	Мешочек с грузом малый	12
	Мяч для баскетбола	4
	Мяч для волейбола	2
	Набор мячей для массажа (10 шт.)	1
	Кольца напольные	2
Для ползанья и лазанья	Набор дуг, разного размера	1
	Стенка гимнастическая деревянная	7
	Спортивный комплекс	1
Для общеразвивающих	Мяч малый	15

упражнений		
	Мяч набивной	10
	Палка гимнастическая короткая	10
	Палка гимнастическая	10
	Лента короткая	20
Тренажеры	Сухой бассейн с мячами	
	Вело- тренажер	1
	Тренажер «штанга»	1
	Тренажер « лыжи»	1



### 3.2 Описание обеспечения методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

Направление развития ребенка	Методическое обеспечение
Физическая культура (вторая младшая группа)	1. Л.И.Пензулаева, физическая культура в детском саду, с детьми 3-4 лет, 2014 год 2. Издательство «Учитель», Автор-составитель Н.М.Соломенникова, организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет, 2021 год. 3. Сборник подвижных игр, «Подвижные игры в детском саду», Е.П.Новохацкая, Ю.С.Кудрявцева, 2020 год. 4. Издательство «Учитель», игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников, Авторы-составители Л.Н.Волошина, доктор педагогических наук, Е.В.Гавришова, Н.М.Елецкая, Т.В.Курилова, 2021 год.

### 3.3 Расписание занятий (непрерывной образовательной деятельности.) 2022-2023год.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
9.30 – 9.45 (тренин.зал)		9.25 – 9.40 (тренин.зал)		9.25 – 9.40

## **Циклограмма работы инструктора по физкультуре Кудрявцевой Юлии Сергеевны на 2022– 2023 учебный год**

### **Понедельник. ( 9.00 – 13.00/ 4 часа)**

9.00- 9.30 – подготовка к НОД

9.30 – 9.45 – НОД 2 группа (вторая младшая, тренажерный зал)

9.45- 10.10– анализ индивидуальных особенностей детей и подбор упражнений для индивидуальной работы

10.10-10.20 – подготовка к занятиям

10.20 – 10.50 – НОД 3 группы (подготовительная)

10.50- 11.30 –подбор наглядного материала, изготовление дидактических игр.

11.30 -12.00– работа с документацией по взаимодействию с родителями.

12.00-13.00 –работа с документами

### **Вторник .( 9.30 – 17.00/ 7.5 часов)**

9.30- 9.50 - НОД 2 группа (средняя, тренажерный зал)

9.50- 9.55 – подготовка НОД

9.55- 10.20- НОД 4 группа (старшая).

10.20- 11.00 – анализ индивидуальных особенностей детей и подбор упражнений для индивидуальной работы

11.00-11.15 – индивидуальная работа в 3 группу (вторая младшая)

11.15-11.30 – изучение методической литературы

11.30- 12.00 – НОД 5 группа (подготовительная на улице)

12.00- 13.00- работа над сценарием спортивных развлечений

13.00- 13.30 –работа с мед.персоналом

13.30- 14.00 – работа с документами

14.00 – 15.00 –взаимодействие с педагогами (консультации, собеседования и т.д)

15.00 – 15.30 - подбор наглядного материала, изготовление дидактических игр.

15.30 – 16.00 – спортивное развлечение

16.00 – 17.00 – работа с родителями

### **Среда 09.00- 12.30 / 3.5 часа**

09.00- 09.25подготовка к занятиям

09.25-09.40- НОД 3 группа (младшая, тренажерный зал)

09.40-10.10- анализ индивидуальных особенностей детей и подбор упражнений для индивидуальной работы

10.10- 10.45- проветривание спортивного зала. Влажная уборка.

10.45-11.10 –индивидуальная работа в 2 группу (средняя)

11.10- 12.00 - работа с документацией по взаимодействию с родителями.

12.00-12.30 –работа с документами

**Четверг 9.00 – 13.00 / 4 часов**

9.00- 9.40- подготовка к занятиям

9.40- 10.00 -НОД 2 группа (средняя)

10.00- 10.20- индивидуальная работа в 4 группе (старшая, тренажерный зал)

10.15- 10.20- подготовка к занятиям

10.25- 10.55–НОД 5 группы (подготовительная)

10.50-11.00- анализ индивидуальных особенностей детей и подбор упражнений для индивидуальной работы

11.00 – 11.30 - проветривание спортивного зала. Влажная уборка.

11.30 – 11.40 – подготовка к занятию

11.40 – 12.05 – НОД 5 группы (старшая)

12.05 – 13.00 – подготовка консультаций для педагогов

**Пятница 9.00 – 12.30 / 3.5 часов**

9.00-9.30- подготовка к занятию

9.25-9.40- НОД 3 группы (младшая)

9.40-9.50 – проветривание зала

9.50- 10.10- НОД 2 группа(средняя )

10.10 - 11.10- подбор наглядного материала, изготовление дидактических игр.

11.10-11.40 – индивидуальная работа 3 группы (подготовительная)

12.40-11.55- влажная уборка, подготовка к занятию

11.35- 12.00 –НОД 4 группа (старшая, улица)

12.00 – 12.30 - работа с мед.персоналом

**Итого: 22.5 часов /0.75 ставка**

**Инструктор по физической культуре \_\_\_\_\_ Ю.С.Кудрявцева**