

ПРИНЯТА
решением Педагогического совета
ГБДОУ детский сад № 77
Приморского района

Протокол № 1 от 31.08.22 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом ГБДОУ детский сад №77
Приморского района
№ 34 от 31.08.2022г.

_____ Н.Г.Петрова

**Рабочая программа
инструктора физической культуры
для детей младшей группы
с 3 до 4 лет**

Государственного бюджетного дошкольного образовательного
учреждения детский сад № 77 комбинированного вида
Приморского района Санкт-Петербурга

Инструктор по физической культуре
Николаева Татьяна Петровна

высшая квалификационная категория

Санкт-Петербург

2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

I.	Целевой раздел рабочей программы	3
1.1	Пояснительная записка	3
.	<i>Обязательная часть рабочей программы</i>	3
	Цели и задачи реализации Программы	
	Принципы и подходы к формированию Программы	4
	Характеристики особенностей развития детей младшей группы	5
	Основания разработки рабочей программы	6
	Сроки реализации рабочей программы	6
	<i>Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений</i>	
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы	6
1.3.	Планируемые результаты обязательной части рабочей программы	8
II.	Содержательный раздел рабочей программы	10
2.1.	<i>Обязательная часть рабочей программы</i>	
2.1..	Содержание образовательной работы с детьми 3-4 лет по образовательной области «Физическое развитие»	9
2.2.	Календарно-тематическое планирование образовательной работы с детьми 3-4 лет по образовательной области «Физическое развитие»	11
2.3.	Описание вариативных форм. Способов, методов и средств реализации рабочей программы с детьми от 3 до 4 лет	12
2.4.	Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной программы дошкольного образования	12
2.5.	Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников 3-4 лет	15
2.6.	Планирование взаимодействия с воспитателями и специалистами	16
	<i>Часть рабочей программы, формируемая участниками образовательных отношений</i>	
2.7	Выбор и реализация парциальных программ и форм организации работы с детьми	17
2.8	Сложившиеся традиции группы	
III.	Организационный раздел	19
	<i>Обязательная часть рабочей программы</i>	
3.1	Распорядок пребывания воспитанников в ДОО (режимы дня)	19
3.2	Режим двигательной активности воспитанников младшей группы	20
	<i>Часть рабочей программы, формируемая участниками образовательных отношений</i>	34
3.3.	Описание материально-технического обеспечения	21
3.4	Обеспечение Программы методическими материалами, средствами обучения и воспитания	23
	Приложение № 1. Календарно-тематическое планирование	24
	Приложение № 2 Авторские разработки	

I.Целевой раздел рабочей программы

1.1.Пояснительная записка

Рабочая программа средней группы ГБДОУ д/с № 77 Приморского района разработана в соответствии с нормативными документами:

- Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);
 - Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);
 - О внесении изменения в постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-10» Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID- 19) от 02.12.2020г;
 - Постановление «Об установлении санитарных правил С.П.2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020г.;
 - Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685 – 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2021г.
 - Примерная основная образовательная программа дошкольного образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20.05.2015г. № 2/15);
 - Образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ детский сад № 77 Приморского района Санкт-Петербурга;
 - Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». Под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. (М, 2014)
- Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации. Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования для детей дошкольного возраста от 3 до 4 лет.

Обязательная часть рабочей программы

Цели реализации Программы:

- реализация содержания основной образовательной программы дошкольного образования в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования
- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности
- создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей
- создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Задачи реализации Программы:

- охрана и укрепление психического и физического здоровья детей, их эмоционального благополучия;
- создание благоприятных условий развития детей от 3 до 7 лет в соответствии с их возрастными особенностями и склонностями, развития способностей, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- формирование общей культуры личности детей, ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- повышение компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Задачи образовательной деятельности в области

«Физическое развитие»

- становление у детей ценностей здорового образа жизни;
- развитие представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретение двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Принципы и подходы к формированию рабочей Программы:

Программа построена на позициях гуманно-личностного отношения к ребенку и направлена на его всестороннее развитие, формирование духовных и общечеловеческих ценностей, а также способностей и интегративных качеств.

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- соответствует культурно-историческим и личностным подходам к проблеме развития детей дошкольного возраста;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
- обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих задач воспитательно-образовательного процесса, в ходе реализации которых формируются такие знания,

умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников;

-строится на адекватных возрасту видах деятельности и формах работы с детьми (основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра);

-основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса, принципах целостности и интеграции дошкольного образования;

-предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного; учитывает гендерную специфику развития детей дошкольного возраста;

- направлена на взаимодействие с семьей в целях осуществления полноценного развития ребенка, создания равных условий образования детей дошкольного возраста независимо от материального достатка семьи, места проживания, языковой и культурной среды, этнической принадлежности;

-строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей (группы)

В возрасте 3-4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится внеситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования предэталонов — индивидуальных единиц восприятия, переходят к сенсорным эталонам — культурно-выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса — и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3-4 слова и 5-6 названий предметов. К концу младшего дошкольного возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений.

Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учетом

желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие.

Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)

- Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26 с изменениями и дополнениями от 27.08.2015 г).
- Примерная основная образовательная программа дошкольного образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20.05.2015г. № 2/15), Приказ Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования".

Срок реализации рабочей программы

2021-2022 учебный год (сентябрь 2022 – август 2023 года)

1.2 Планируемые результаты освоения программы

Реализация образовательных целей и задач рабочей программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные (ключевые) характеристики развития личности ребенка.

Основные (ключевые) характеристики развития личности представлены в виде характеристик возможных достижений воспитанников на этапе завершения дошкольного образования и являются определенным отражением образовательных воздействий при реализации образовательной области

➤ «Физическое развитие»

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей.

Освоение ОП ДО не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

- Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении и др.; способен выбрать себе род занятий.
- Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к другим людям и самому себе; взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.
- Способен учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других.
- Способен сотрудничать в совместной деятельности.
- Проявляет эмпатию по отношению к другим людям.
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен.
- Ребенок во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.
- Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам. Обладает начальными знаниями о себе, знаком с произведениями детской литературы.
- Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.).
- Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.
- Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим.
- Имеет начальные представления о здоровом образе жизни.

**Педагогическая диагностика (мониторинг)
индивидуального развития детей**

Позволяет оценить динамику достижений в развитии ребенка на протяжении всего раннего и дошкольного возраста.

Результаты *педагогической диагностики (мониторинга)* используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

*Планируемые результаты части Программы,
формируемой участниками образовательных отношений*

К концу года дети могут:

Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; выполнять задания воспитателя: остановиться, присесть, по-вернуться.

Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, соблюдать темп бега в соответствии с указанием воспитателя.

Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.

Ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.

Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см.

Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Уметь выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии

1.3 Парциальные программы и технологии:

- Технология «Этнокалендарь Санкт-Петербурга», входящий в перечень основных мероприятий Программы Правительства Санкт-Петербурга «Толерантность»

Парциальные программы и технологии	Планируемые результаты
Технология «Этнокалендарь Санкт-Петербурга», входящий в перечень основных мероприятий Программы Правительства Санкт-Петербурга «Толерантность»	Формирование представлений о разнообразии культурных традиций народов различных этнических культур, формирование интереса к национальным культурным традициям, знакомство с историей страны, города. Владение знаками, символами языка и культуры, формирование способов и средств познавательной деятельности.

II. Содержательный раздел рабочей программы

2.1. Обязательная часть рабочей программы

Физическое развитие

В области физического развития ребенка основными *задачами образовательной деятельности* являются создание условий для:

- становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни

Взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте

Взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения так и на внешней территории (горки, качели и т. п.), подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма.

Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия,

координации движений, ловкости, гибкости, быстроты, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом).

Упражнения в равновесии. Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

Ритмическая гимнастика. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Переключать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

Спортивные игры и упражнения

Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки.

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

Плавание и элементы гидроаэробики. Входить и погружаться в воду, бегать, играть в воде; водить хороводы. Учиться плавать (при наличии соответствующих условий).

Подвижные игры

С бегом. «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

С подлезанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

2.2. Календарно-тематическое планирование образовательной работы с детьми 3-4 лет по образовательной области «Физическое развитие».

Приложение №1

2.3. Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы в группе младшего дошкольного возраста от 3 до 4 лет.

№	Виды образовательной деятельности	Особенности организации	Формы
1. Совместно-партнерская деятельность			
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно в физкультурном или музыкальном зале.	- групповые
1.2	Развивающая игровая деятельность	В помещении и на свежем воздухе	- групповые
1.3	Подвижные игры	В помещении и на свежем воздухе	- групповые -подгрупповые -индивидуальные
1.4	Спортивные игры и упражнения	В помещении и на свежем воздухе	- групповые -подгрупповые -индивидуальные
1.5	Физкультминутки и динамические паузы	Ежедневно в группе	- групповые
1.6	Игровые беседы с элементами движений		- групповые
1.4	Совместная дополнительная образовательная деятельность	2 раза в неделю	- групповые -подгрупповые -индивидуальные
2. Непосредственно образовательная деятельность в режиме дня			
2.1	НОД по физическому развитию	2 раза в неделю в физкультурном зале 1 раз в неделю в бассейне	- групповые - подгрупповые
3. Физкультурные мероприятия			
3.1	Праздники	2 раза в год	- групповые
3.2	Досуги и развлечения	1 раз в месяц	-групповые

2.4 Система педагогической диагностики.

Педагогическая диагностика (мониторинг)

индивидуального развития детей

Позволяет оценить динамику достижений в развитии ребенка на протяжении всего раннего и дошкольного возраста.

Результаты *педагогической диагностики (мониторинга)* используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

Педагог в ходе своей работы выстраивает индивидуальную траекторию развития каждого ребенка.

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей.

Оценка индивидуального развития дошкольников проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для оценки индивидуального развития дошкольников — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе:

- коммуникации со сверстниками и взрослыми (как меняются способы установления и поддержания контакта;
- игровой деятельности;
- познавательной деятельности (как идет развитие детских способностей, познавательной активности);
- художественной деятельности;
- физического развития.

Результаты оценки индивидуального развития дошкольников могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

В ходе образовательной деятельности педагоги создают диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

**Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми
планируемых результатов освоения рабочей программы для детей младшей группы
с 3 до 4 лет**

Объект педагогической диагностики	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в контексте образовательной области: "Физическое развитие".	-Наблюдение	2 раза в год	1-2 недели	Сентябрь Май

2.5. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников 3-4 лет

месяц	Темы	Формы работы
IX-2022 г.	«Гигиенические требования к одежде ребёнка»	Информационно-наглядная агитация: -подготовка информационных материалов к родительским собраниям, праздникам и по текущим вопросам; -рекомендации специалистов по музыкальному, физическому, развитию детей). Выступления на родительском собрании
X-2022г.		Субботник
XI-2022 г.	«Двигательные предпочтения детей»	Рекомендации «Играем дома» Тематический день «День матери»
XII-2022 г.	«Игры детей в зимний период»	Информационное оснащение родительских уголков по заданной теме (памятки, папки-передвижки) Новогодний праздник
I-2023 г.	«Воспитание самостоятельности Вашего малыша».	Информационное оснащение родительских уголков по заданной теме (памятки, папки-передвижки) Родительское собрание
II-2023 г.	«Проводы зимы» «День защитника Отечества»	Развлечение «Мы ловкие, сильные, умелые!»
III-2023г.	«Масленица»	Праздник Совместные народные игры с ребёнком.
IV-2023г.		Открытые физкультурные занятия Субботник
V-2023 г.	«Игровая деятельность с детьми младшего дошкольного возраста»	Информационное оснащение родительских уголков по заданной теме (памятки, папки-передвижки) Родительское собрание
VI-2023 г.	«Безопасное лето» «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!»	Совместные мероприятия с детьми по ПДД Летний праздник

2.6. Планирование взаимодействия с воспитателями и специалистами

месяц	мероприятия	кем проводятся
IX-2022 г.	Физическое состояние детей, определение групп здоровья Подбор упражнений для утренней гимнастики	медсестра воспитатели
X-2022 г.	Подведение итогов диагностики Организация уголков физкультурной деятельности	воспитатели
XI-2022 г.	Особенности проведения и подбор упражнений бодрящей гимнастики	воспитатели
XII-2022 г.	Оформление зала и участие в новогоднем празднике	инструктор по ФК музыкальный руководитель воспитатели
I-2023 г.	Двигательная активность детей на прогулке - консультация	воспитатели
II-2023 г.	Вечер досуга «Мы сильные, ловкие, смелые»	воспитатели
III-2023г.	Праздник «Масленица» Народные игры(младший возраст) -картотека	инструктор по ФК музыкальный руководитель, инструктор по плаванию
IV-2023 г.	«Весёлые старты» посвященные дню космонавтики	инструктор по ФК музыкальный руководитель, инструктор по плаванию
V-2023 г.	Итоговый педсовет	старший воспитатель инструктор по ФК музыкальный руководитель, инструктор по плаванию
VI-2023 г.	Совместные мероприятия с детьми по ПДД Летний праздник	Воспитатели, музыкальный рукводитель

2.7. Выбор и реализация парциальных программ и форм организации работы с детьми

Парциальные программы и технологии	Цель	Задачи	Образовательная область
Технология Этнокалендарь Санкт-Петербурга», входящий в перечень основных мероприятий Программы Правительства Санкт-Петербурга «Толерантность». «Этнокалендарь Санкт-Петербурга» для детских дошкольных учреждений	Формировать представления о единстве народов в разнообразии культурных традиций народов различных этнических культур.	Воспитание патриота и гражданина своей страны, представителя своего народа и носителя этнических, фольклорных традиций.	Познавательное развитие

2.8. Сложившиеся традиции группы

Под традициями обычно понимают систему повторяющихся символических мероприятий.

Термин «традиции в образовательной системе» рассматривается как совокупность педагогических средств и понятий, применяемых в практике обучения, воспитания, образования, педагогические ценности, а также обычаи, обряды, ритуалы и церемонии. Посредством традиций осуществляется передача устойчивых знаний, умений и навыков и компетенций, элементов социального опыта от поколения к поколению, от одной социальной группы к другой, от группы к индивиду.

Освоение ребёнком культурного наследия, социальных ролей, правил, морально-этических норм, формирования навыка быть готовым к поиску решений в неопределённых условиях эффективнее происходит во взаимодействии взрослых и детей при подготовке и во время проведения традиционных мероприятий.

Примерный перечень событий, праздников и мероприятий

Месяц	Название праздника	Возрастная группа	Категория участников
Сентябрь	День знаний. Моя малая родина.	Все возрастные группы	Дети, педагоги
Октябрь	Осенины.	Все возрастные группы	Дети, педагоги, родители
Ноябрь	День матери.	Все возрастные группы	Дети, педагоги, родители
Декабрь	Подготовка к Новому году. Новый год.	Все возрастные группы	Дети, педагоги, родители
Январь	День снятия блокады Ленинграда.	Старшие группы	Дети, педагоги
Февраль	День защитника Отечества.	Все возрастные группы	Дети, педагоги, родители
Март	Весенние праздники.	Все возрастные группы	Дети, педагоги
Апрель	День смеха. День космонавтики.	Все возрастные группы	Дети, педагоги
Май	День Победы. Полевая кухня. Выпускные праздники в детском саду.	Старший возраст	Дети, педагоги, родители
		Старший возраст	Дети, педагоги, родители
Июнь	Международный день защиты детей.	Все возрастные группы	Дети, педагоги
Июль	День семьи, любви и верности.	Старший возраст	Дети, педагоги, родители

III. Организационный раздел рабочей программы

Обязательная часть рабочей программы

3.1. Распорядок пребывания воспитанников в ДОО (режим дня)

РЕЖИМ ДНЯ в младшей группе

№	Режимные моменты	Младшая группа (с 3 до 4)
1.	Утренний прием, осмотр детей, индивидуальное общение, игры.	07.00 – 08.10
2.	Утренняя гимнастика	08.10 - 08.20
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.50 – 09.00
4.	Предметная, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	08.50 – 09.00
5.	Организованная образовательная деятельность	09.00 – 09.15 09.25 - 09.40
6.	Совместная игровая деятельность, подготовка ко второму завтраку 2-й завтрак	09.40 - 09.50 09.50 – 10.00
7.	Подготовка к прогулке, прогулка	10.00 – 11.50
8.	Возвращение с прогулки, общение, спокойные игры	11.50 – 12.10
9.	Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.30
10.	Подготовка ко сну, сон	12.30 – 15.00
11.	Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры после сна	15.00 – 15.30
12.	Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50
13.	Игры, досуги, общение и деятельность по интересам Организованная образовательная деятельность	15.50 – 16.30
14.	Подготовка к прогулке, прогулка	16.30 – 18.00
15.	Игры, уход детей домой	18.00 – 19.00

3.2. Режим двигательной активности воспитанников младшей группы (3-4 года)

Формы работы	Виды занятий	Младшая
		3-4года
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 15-20
	б) бассейн	1 раз в неделю 15-20
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 5-6
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20
	в) физкультминутки (в середине занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20 мин
	б) физкультурный праздник	
	в) день здоровья	1раз в квартал
Формы работы	Виды занятий	
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно

3.3 Описание материально-технического обеспечения

Наименование оборудования, учебно-методических и игровых материалов

Наименование	Количество
Гимнастическая лестница (высота 3 м, ширина 1-го пролета 95 см, расстояние между перекладинами 25 см)	6 пролетов
Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 2,5 м)	5 шт.
Мячи: • набивные весом 0.5 кг, • маленькие (теннисные и пластмассовые), • средние №5 • баскетбольные №3 • для фитбола	20 шт. 25 - 35 шт. 20 шт. 25 шт. 3 шт.
Гимнастический мат (длина 100 – 120 см.)	5 шт.
Палка гимнастическая (длина 76 см)	20 шт.
Скакалка детская «Косичка»	20 шт. 30 шт.
Кольцеброс	4 шт.
Кегли	6 шт.
Обруч пластиковый детский • большой (диаметр 90 см) • средний (диаметр 50 см)	9 шт. 10 шт.
Конус для эстафет	10 шт.
Дуга для подлезания (высота 42 см)	10 шт.
Кубики пластмассовые	30 шт.
Цветные ленточки (длина 60 см)	40 шт.
Бубен	1 шт.
Ребристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см)	2 шт.
Наклонная доска	2шт.
Лыжи детские (пластмассовые)	3 пары

Веревка-канат 8м	1 шт.
Веревка 4м	2 шт.
Баскетбольная корзина	2 шт.
Мешочки для метания массой до 200 гр.	20 шт.
Модули «Альма»	15 шт.
Корзина для инвентаря мягкая	2 шт.
Корзина для инвентаря пластмассовая	2 шт.
Резинка для перепрыгивания и подлезания 8м	1 шт.
Набор «Кузнечик»	1 комплект
Палки гимнастические	20 шт.

Технические средства обучения.

Музыкальный центр	1 шт. (в физкультурном зале)
Аудиозаписи	Имеются и обновляются
ПК и видео проектор	При проведении спортивных праздников (в музыкальном зале)

3.4 Обеспечение Программы методическими материалами, средствами обучения и воспитания

1. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду» М.: Мозаика-синтез» 2010 г.
2. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и упражнения для детей 3-5 лет / Л.И.Пензулаева. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. / Л.И.Пензулаева. – Москва, 2009;
- 3.Карпухина Н.А. Конспекты занятий в первой младшей группе детского сада. Практическое пособие для воспитателей и методистов ДОУ. - Воронеж: ЧП Лакоценин С.С.,2008
4. Рунова М.А. Радость в движении. - М.: Издательский дом "Воспитание дошкольника".- 2004
5. Сивачева Л.Н. Физкультура это радость! Спортивные игры с нестандартным оборудованием. - СПб: "Детство-Пресс", 2003
6. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры: Пособие для воспитателя дет. Сада / Под ред. Л.В. Русской. - М.: Просвещение, 1986
7. Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении: Пособие для педагогов дошкол. учреждений. - М.Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001.
8. Лысова В.Я., Яковлева Т.С., Зацепина М.Б., Воробьева О.И. Спортивные праздники и развлечения. Сценарии. Младший и средний дошкольный возраст. Методические рекомендации для работников дошкольных образовательных учреждений. - М.: АРКТИ, 2001

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
Планирование физкультурных занятий
для младшей группы
Сентябрь

№ недели	Задачи	I часть. Вводная часть. Разминка.	II часть. Основная часть. Основные виды движений.	III часть. Заключительная часть.	Индивидуальная работа
1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие;	Построение в шеренгу. Ходьба и бег с заданиями. Задание на внимание и ориентировку в пространстве (по свистку остановиться). ОРУ	1.Ползание на четвереньках на расстояние 6-8 м 2. Подскоки вверх на месте: ноги вместе, ноги врозь 3. Упражнения в равновесии – ходьба по ребристой доске	П/и «Бездомный заяц».	Отработать мягкое приземление на носки
	Учить детей ходить по доске и группироваться при подлезании; обучать мягкому приземлению на 2 ноги	Построение в шеренгу. Ходьба и бег с заданиями. ОРУ с хлопками	1.Ходьба с перешагиванием через кубики 2.Ходьба по наклонной доске 3.Проползание под веревкой натянутой на высоту 60 см 4.Прыжки из обруча в обруч	П/и «Подарки»	Отработать прыжки из обруча в обруч
2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании.	Построение в шеренгу, проверка равнения. Ходьба и бег с заданиями. ОРУ	1.Ходить по скамейке, ставя ногу с носка, руки в стороны 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до кубика (кегли), на расстояние 3-4 м.	П/и «Найди себе пару».	Отработать отталкивание от земли двумя ногами
	Учить детей правильно ставить обруч для толчка,отрабатывать ритмичность ползания	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ	1.Ползание на четвереньках змейкой 2.Катание обруча в произвольном направлении	П/и «цветные автомобили»	Отработать катание обруча

3 неделя	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному и врас-сыпную; развивать ловкость при прокатывании мяча двумя руками.	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ с мешочком	<i>Игровые упражнения.</i> 1.«Прокати мяч» 2. «Котятя»	П/и «Автомобили».	Развитие энергичного толчка мяча руками
	Упражнять в умении сохранять статическое равновесие; закреплять ритмичность ползания	Ходьба и бег в колонне по одному с заданием. Задание на ориентировку в пространстве и на внимание. ОРУ	<i>Игровое занятие «Магазин игрушек»</i> 1. «Цапля» 2.Прыжки на двух ногах с продвижением 3.Ползание на четвереньках с мешочком на спине («улитка»)	П/и «Подарки»	Отработать прыжки на двух ногах с продвижением
4 неделя	Упражнять детей в беге в рассыпную и ориентировке в пространстве. Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его	Построение. Ходьба и бег в чередовании. Задание на ориентировку в пространстве и внимание (ходьба в рассыпную и построение в круг по сигналу). ОРУ	1. Бросание мяча о землю и ловля	П/и «Самолеты».	Отработать энергично отталкивание мяча двумя руками
	Развивать ловкость и умение ловить мяч.	Построение. Ходьба и бег в чередовании. Задание на ориентировку в пространстве и внимание (ходьба в рассыпную и построение в круг по сигналу). ОРУ	<i>Игровое занятие «Мой веселый звонкий мяч»</i> 1.Подбрасывание мяча 2.Отбивание мяча 3.Катание мяча	П/и «Мой веселый звонкий мяч»	Отработать невысокое подбрасывание мяча

Октябрь

1 неделя	Учить детей поднимать бедро при подскоке. Упражнять детей в энергичном подтягивании раками	Построение в шеренгу, проверка равнения. Разные виды ходьбы и бега. Задание на внимание (по свистку остановиться или идти дальше). ОРУ без предмета	1.Подскоки на месте 2.Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками 3.Ходьба по шнуру	П/и «На скамейке у окошка»	Отработать подскоки(последовательный и энергичный взмах бедра)
	Учить детей подбивать одной ногой другую при галопе. Вызывать у детей стремление совершить длинный прыжок	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ	<i>Игровое занятие «Прогулка в осенний лес»</i> 1.Прямой галоп 2.Прыжки в длину с места	П/и «Через ручеек»	Отработать приземление на 2 ноги и сохранение равновесия
2 неделя	Учить детей ориентироваться в пространстве. Упражнять в отталкивании 2 ногами при	Построение. Ходьба и бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве (встать в круг друг за другом	1.Прыжки из обруча в обруч на двух ногах 2.Пролезание в обруч приподнятый на	П/и «У медведя во бору...» Игра малой подвижности	Закрепление прыжка двумя ногами и приземления на носки

	прыжке. Упражнять в равновесии.	как стояли изначально) ОРУ с малыми мячами	высоту 10 см 3.Ходьба по скамейке	«Прятки с белочкой»	
	Учить детей сохранять равновесие при кружении в сторону.	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ	<i>Игровое занятие</i> <i>«Экскурсия в осенний лес»</i> 1.Кружение в одну и в другую сторону 2. Прыжок в верх 3.Подлезание под дугу	П/и «Бездомный заяц»	Отработать кружение в сторону и сохранение равновесия
3 неделя	Познакомить с понятием колонна и видом строя. .Учить детей подлезать под веревку без помощи рук	Построение. Ходьба и бег. Задание на внимание(по прекращению ударов в бубен, остановиться).Задание на ориентировку в пространстве(по удару в бубен выстроиться в колонну за...). ОРУ без предмета	1.Пролезание под веревку не касаясь пола руками(60 см от пола) 2.Ползание на четвереньках между конусами(змейкой) 3.Ходьба по скамейке в упоре стоя согнувшись	П/и «лиса в курытнике»	Разработка стопы при ходьбе с носка
	Учить детей высоко поднимать ноги при перешагивании предметов; Обучать хорошему отталкиванию двумя ногами и приземление на 2 ноги; Развивать силу рук	Построение. Ходьба и бег в чередовании. Задание на внимание и ориентировку в пространстве . ОРУ	<i>Игровое занятие</i> <i>«в огород за витаминами»</i> 1.Ходьба по скамейке 2.Прыжки последовательно из обруча в обруч 3.Ползание по скамейке на животе подтягиваясь руками	П/и «огуречик, огуречик...»	Отработать последовательные прыжки через 5-6 предметов
4 неделя	Закреплять подлезание под дугу и отталкивание двумя ногами при прыжке	Построение. Проверка равнения. Ходьба, бег с заданиями. ОРУ с большими мячами	1.Подлезание под дугой 2.Ходьба по ребристой доске 3.Прыжки на 2-ух ногах с продвижением вперед	П/и «У медведя во бору»	Отработка сохранения прямого корпуса при прыжке
	Учить детей ловить малый мяч и перебрасывать друг другу; развивать ловкость	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ	<i>Игровое занятие</i> <i>«Фруктовый сад»</i> 1.Побрасывание малого мяча 2.Бросание малого мяча в обруч	П/и «найди свой цвет»	Отработать положение рук при ловле мяча
5 неделя	Учить сохранять равновесие при прыжках на одной ноге и перешагивании через рейки лестницы.	Построение. Ходьба и бег с заданиями. ОРУ	1.Прыжки на правой и левой ноге 2.Подскоки на месте 3.Перешагивание через рейки лестницы приподнятой на 20	П/и «бездомный заяц»	Упражнять в сохранении равновесия при поднятой ноге, согнутой в колене

			см от пола 4.Ползание змейкой		
	Учить детей сохранять равновесие; обучать целенаправленному прокатыванию обруча	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ	<i>Игровое занятие</i> <i>«Веселая</i> <i>карусель»</i> 1.Ходьба по шнуру, руки за спиной 2.Кружение в парах 3.Прокатывание обруча в произвольном направлении	П/и «карусель»	Отработать прокатывание обруча

Ноябрь

1 неделя	Учить детей ловить мяч и энергично отталкивать его руками при броске о землю	Построение. Ходьба и бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ	1.Подбрасывание и ловля мяча 2.Бросание и ловля мяча о землю	П/и «Зайцы и охотник»	Отработать сохранение прямой спины при отбивании мяча о землю и не приседать при ловли мяча
	Осуществлять профилактику плоскостопия; учить детей переносить сначала руки потом ноги при пролезании	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ	<i>Игровое занятие</i> <i>«Путешествие на</i> <i>волшебный</i> <i>остров»</i> 1.Ходьба по ребристой доске 2.Прыжки на по узкой дорожке 3.Пролезание в обруч приподнятый на высоту	П/и «Корабли»	Отработать прыжки на двух ногах
2 неделя	Учить детей правильно браться за рейки лестницы. Учить одноименному способу лазания. Закреплять сохранения равновесия при ходьбе по шнуру	Построение. Разные виды ходьбы и бега. Задание на внимание (смена положения рук по свистку). Задание на ориентировку в пространстве(выстраиваемся в колонну за направляющим и идем по кругу. ОРУ	1.Проползание на животе по скамейке 2.Ходьба по шнуру 3.Лазание по лестнице	П/И « Лиса в курытнике»	Отработка координации рук при одноименном способе лазания
	Учить детей бегать между предметами не задев их	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание (смена ходьбы на бег в зависимости от ударов в бубен). Задание на ориентировку в пространстве (бег в рассыпную).ОРУ с обручем	<i>Игровое занятие</i> <i>«Перелетные</i> <i>птицы»</i> 1.Бег между конусами 2.Прыжки из обруча в обруч 3.Кружение в одну и в другую сторону 4.Подлезание под веревку поднятую на высоту 60 см	П/и «Перелет птиц»	Отработать кружение в одну и в другую сторону

3 неделя	Учить детей мягко приземляться на носки и помогать себе руками при прыжке. Учить сохранять ритмичность движений при ползании	Построение. Ходьба и бег с разными заданиями. Задания на ориентировку в пространстве и внимание. ОРУ	1.Прыжки из круга в круг 2.Ползание змейкой между предметов 3.Ходьба по ребристой доске	П/и «На скамейке у окошка...»	Закрепление приземления на две ноги при прыжке
	Учить детей не заступать за линию, сохраняя равновесие при ходьбе по узкой дорожке; обучать пролезанию боком	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ с кубиками	<i>Игровое занятие «К Мишке в гости перед спячкой»</i> 1.Ходьба по узкой дорожке 2.Перепрыгивание через препятствия с ноги на ногу 3.Пролезание через палку приподнятую на высоту 40 см боком	П/и «Пилоты»	Отработать перепрыгивание через препятствие
4 неделя	Учить детей сохранять равновесие при приземлении. Учить работать руками при прыжке. Стимулировать детей к прыжкам на большое расстояние	Построение. Ходьба. Бег. Задание на ориентировку в пространстве и внимание. ОРУ.	1.Подскок на месте, с поворотом направо и налево 2.Прыжки в длину с места 3.Ходьба по шнуру положенному зигзагообразно	П / и «Бездомный заяц»	Закрепить работу рук при прыжке
	Учить детей удерживать равновесие с разными и.п. рук; закрепление осанки при прыжках с продвижением; развивать равновесие и ритмичность ползания	Построение. Ходьба и бег в чередовании. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ с кольцами	<i>Игровое занятие «Ярмарка»</i> 1.Ходьба по канату, руки за головой 2.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед 3.Ползание по скамейке на четвереньках	П/и «Карусели»	Отработать ползание по скамейке

Декабрь

1 неделя	Развивать у детей глазомер. Учить не высоко подбрасывать мяч и попытки ловить его. Осуществлять профилактику плоскостопия	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание (менять темп ходьбы в зависимости от ритма ударов в бубен). Задание на ориентировку в пространстве. ОРУ с	1.Ходьба по канату приставным шагом 2.Катание мяча в ворота 3.Подбрасывание мяча	П/и «Охотник и зайцы»	Отрабатывать не высокий подброс мяча вверх
----------	---	--	--	-----------------------	--

		большим мячом			
	Учить детей совершать движения рукой при метании, развивать глазомер и меткость	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве (смена направления движения по зрительному ориентиру). ОРУ с малым мячом	<i>Игровое занятие «Зимние забавы»</i> 1.Метание в горизонтальную цель	П/и «на чьей стороне больше»	Отработать движения рук
2 неделя	Учить детей приставному шагу вперед переходящему в галоп Обучать высокому поднятию колена Развивать равновесие Закреплять хороший прогиб в спине при пролезании	Построение. Ходьба, бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ с кеглями	1.Прямой галоп 2.Ползание под дугами 3. Ходьба по скамейке высоко поднимая колени	П/и «Лиса в курятнике»	Закреплять прямой галоп-подбивать одну ногу другой
	Закреплять движение рук при броске; развивать равновесие при кружении в парах	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ с малым мячом	<i>Игровое занятие «Зимушка-зима»</i> 1.Метание в вертикальную цель 2.Кружение в парах 3.Ходьба по узкой дорожке	П/и «кто бросит дальше снежок»	Отработать метание в вертикальную цель
3 неделя	Обучать гимнастическому шагу Развивать равновесие Осуществлять профилактику плоскостопия Закреплять ритмичность ползания	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание (По свистку идти то мелким шагом, то широким). Задание на ориентировку в пространстве (Ходьба змейкой между конусами). ОРУ	1. Ходьба по скамейке ставя ногу с носка 2.Ходьба по наклонной доске 3. Ходьба по ребристой доске 4. Ползание змейкой между конусами	П/и «Совушка сова»	Закреплять шаг с носка(тянуть носок в пол)
	Учить детей сохранять правильную осанку при прыжках вперед; закреплять умения высоко поднимать колени перешагивая, сохраняя равновесие	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве(смена направления движения по свистку)ОРУ	<i>Игровое занятие «Новогоднее волшебство»</i> 1.Прыжки на двух ногах с продвижением 2. Ходить по скамейке, перешагивая через положенные на ней кубики	П/и «Подарки»	Отработать прыжки на двух ногах
4 неделя	Обучать детей помогать руками при прыжке Учить толкать обруч чтоб он сохранял равновесие при прокатывании	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ с обручем	1.Прыжки из обруча в обруч 2. Ходьба по ребристой доске 3.Катание обруча в произвольном направлении	П/и «Бездомный заяц»	Закреплять плавный толчок обруча, чтоб он не упал

	Совершенствовать умения сохранять динамическое равновесие и ритмичность ползания	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ	<i>Игровое занятие «Магазин игрушек»</i> 1.Подскоки в движении 2.Кружение в одну и в другую сторону 3.Ползание змейкой между конусами	П/и «Мы игрушки»	Отработать подскоки в движении
--	--	---	--	------------------	--------------------------------

Январь

№	Задача	I часть. Вводная часть. Разминка.	II часть. Основная часть. Основные виды движений.	III часть. Заключительная часть.	Индивидуальная работа.
1 неделя	Развивать у детей меткость; Обучать детей подлезанию под веревку без помощи рук; Закреплять умения приставного шага	Построение в шеренгу. Ходьба и бег с заданиями. Задание на внимание (по свистку остановится). Задание на ориентировку в пространстве (бег в рассыпную и построение в шеренгу по сигналу). ОРУ с мячом	1.Катание мяча под дугу с расстояния 1,5-2 м 2.Подлезание под шнур поднятый на высоту 60 см 3.Ходьба по шнуру приставным шагом боком с мячом в руках	П/и «Огуречик, огуречик...»	Закреплять умения подлезать под веревку без помощи рук
	Учить детей совершать последовательно несколько прыжков; закреплять умения совершать хороший прогиб в спине при ползании;	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание (смена и.п. рук по свистку) и задание на ориентировку в пространстве (ходьба и бег в рассыпную). ОРУ с ленточками.	<i>Игровое занятие «Зимний лес»</i> 1.Перешагивание последовательно через 4-6 линий 2.Подлезание под ворота 3. Ходьба по ребристой доске	П/и «Мы веселые ребята»	Отработать последовательные прыжки
2 неделя	1.Развивать силу рук 2.Осуществлять профилактику плоскостопия 3.Обучать мягкому приземлению на носки	Построение в шеренгу, колонну. Ходьба, бег с заданиями. Задание на ориентировку в пространстве и внимание. ОРУ	1.Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками 2.Ходьба по ребристой доске 3.Прыжки из обруча в обруч	П/и «Лиса в курятнике»;игра малой подвижности «Угадай кто позвал»	Отработать мягкое приземление на носки
	Учить детей удерживать статическое равновесие; закреплять высокие прыжки на двух ногах с продвижением вперед и четкое приземление на 2 ноги; развивать подвижность стопы	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ с палками	<i>Игровое занятие «Зимующие птицы»</i> 1.Стоять на одной ноге, вторая согнута и поднята коленом вперед (или в сторону), руки на поясе 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед 3. Ходить по скамейке, ставя ногу с носка, руки в стороны	П/и «Перелет птиц»	Отработать «цаплю»

3 неделя	Учить детей сохранять равновесия Учить детей хорошо прогибаться в спине	Построение. Ходьба, бег. Задание на ориентировку в пространстве (ходьба в рассыпную если бью в бубен, с прекращением ударов дети останавливаются). ОРУ	1.Бег между конусами 2.Перешагивание через рейки лестницы поднятые на 20 см 3.Ползание на четвереньках в сочетании с подлезанием под дугу	П/и «Зайцы и волк» Дыхательное упражнение «Шарик»	Отработать высокое поднятие колен при перешагивании
	Учить детей мягко приземляться на носки; совершенствовать ритмичность лазания и закреплять высокий подъем бедра при перешагивании	Построение. Чередование ходьбы и бега. Задание на внимание и ориентировку в пространстве (смена направляющего по сигналу). ОРУ	<i>Игровое занятие «В гости к зайке»</i> 1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед 2.Ползание змейкой между конусами 3. Лазание по лестнице	П/и «Бездомный заяц»	Отработать прыжки с продвижением вперед

Февраль

1 неделя	Учить подбрасывать мячи и ловить Закреплять умения отбивать мяч об пол и ловить Развивать меткость Обучать хорошему прогибу в спине при пролезании через воротники (дугу)	Построение в шеренгу. Ходьба и бег. Задание на внимание (по свистку остановиться, развернуться и пойти в другую сторону). Задание на ориентировку в пространстве(ходьба змейкой между предметами).ОРУ с мячом	1.Подбрасывание и ловля мяча 2.Отбивание мяча об пол и ловля 3.Катание мяча под дугу с последующим подлезанием под нее	П/и «Охотник и зайцы»	Отработать невысокий подброс мяча, чтоб его поймать
	Учить сохранять прямую спину при ползании (сохранять мешочек на спине);Тренировать детей в мягком приземлении на носки при прыжке; Закреплять умения сохранять равновесие	Построение. Разные виды ходьбы и бега. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ.	1.Ползание на четвереньках с мешочком на спине 2.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед 3.Ходьба по канату	П/и «Огуречик, огуречик»	Отработать отталкивание двумя ногами при прыжках в движении
2 неделя	Учить детей соблюдать свою очередь в колонне, ориентироваться в пространстве и выполнять задания по сигналу	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ	<i>игровые задания к 23 февраля:</i> 1. «Скачки на лошадях» 2. «Приготовь компот» 3. «Сбей вражеский корабль»	П/и «Корабли в плавании», «Место на корабле», «Самолеты»	Отработать п/и

3 неделя	Развивать равновесие Учить детей сохранять прямой корпус при прыгивании Закреплять умения правильно держаться за рейки лестницы	Построение. Разные виды ходьбы и бега. Задание на внимание и ориентировку в пространстве (по сигналу и в обусловленном месте построение в шеренгу или в колонну). ОРУ	1.Ходьба по скамейке, перешагивая кубики 2.Спрыгивание с высоты 20-30 см 3.Лазание приставным шагом по гимнастической лестнице	П/и «Зайцы и волк»	Преодолевать боязнь высоты при ходьбе по скамейке
	Учить детей соблюдать свою очередь в колонне, ориентироваться в пространстве и выполнять задания по сигналу	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ с палками.	<i>Эстафеты к 23 февраля:</i> 1. «Скачки на лошадях» 2. «Приготовь компот» 3. «Сбей вражеский корабль»	П/и «Корабли в плавании», «Место на корабле», «Самолеты»	Отработать эстафеты
4 неделя	Развивать глазомер	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ с малым мячом	1.Метание мяча в вертикальную цель 2. Метание в обруч	П/и «Охотник и зайцы»	Отработать перенос центр тяжести с ноги на ногу
	Стимулировать детей к более длинному прыжку, учить детей сохранять равновесие и приземляться на носки	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ	1. Прыжки в длину с места 2. Прыжки по мягкой дорожке (по матам)	П/и «Зайцы и волк»	Отработать прыжки

Март

1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному Развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками Упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении	Построение в шеренгу, колонну. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве (по сигналу ходьба в рассыпную, затем ходьба в колонне по одному). ОРУ с мячом	1.Катание мяча друг другу стоя в кругу, один в центре («не пропусти мяч») 2. «Не задень».Прыжки на двух ногах между предметами(40 см между конусами)	П/и «Найди себе пару»	Отработать целенаправленное катание мяча.
	Учить детей бросать мяч из разных и.п.; совершенствовать умения ловить мяч;	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание (смена положения рук по свистку) и ориентировку в пространстве (бег в рассыпную). ОРУ	1.Бросание мяча вверх и ловля 2. Бросание мяча о землю и ловля 3. Бросание мяча от груди	П/и «Охотник и зайцы»	Отработать ловлю мяча
2 неделя	Упражнять в прокатывании обруча Учить сохранять устойчивое равновесие Закреплять мягкое приземление на	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ с обручем	1.Катание обруча в произвольном направлении 2.прыжки из обруча в обруч 3.Ходьба по канату	П/и «Автомобили»	Отработать катание обруча(правильную постановку рук и толчок)

	носки				
	Закреплять умения подбивать одну ногу другой; учить детей тянуть носок при гимнастическом шаге	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ.	1.Прямой галоп 2. Пролезание в обруч, приподнятый от пола на 10 см 3. Ходить по скамейке, руки в стороны 4. Ползание по скамейке	П/и «Лиса в курятнике»	Отработать ползание по скамейке
3 неделя	Учить детей группироваться при подлезании под веревку Учить правильному хвату рейки гимнастической стенки Учить детей энергично отталкиваться двумя ногами и высоко поднимать ноги	Построение в шеренгу, колонну. Ходьба и бег. Задание на внимание (по сигналу в ходьбе остановиться и выполнять прыжки на месте). Задание на ориентировку в пространстве (ходьба змейкой между конусами) ОРУ	1.Ползание под веревку, поднятую на высоту 60 см не касаясь руками 2.Ходьба приставным шагом по гимнастической стенке 3.Прыжки последовательно через 2-3 предмета высотой 5-10см.	П/и «Кот и мыши»	Отработать ходьбу приставным шагом по гимнастической лестнице
	Учить детей доставать в прыжке до предмета; развивать чувство равновесия; обучать группировке в подлезании	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве (перестроение в пары через центр зала). ОРУ	<i>Игровое занятие «в гости к Красной Шапочке»</i> 1.Ходьба по канату положенному зигзагообразно 2. Подлезание под веревку, поднятую на высоту 60 см, не касаясь руками пола 3. Прыжок верх на двух ногах с 3-4 шагов доставая до бубна	П/и «Мы веселые ребята»	Отработать ходьбу по канату
4 неделя	Развивать силу рук и правильный хват скамейки для подтягивания Закреплять правильный хват рейки Обучать правильным движениям руки при прыжках	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ	1.Полазание по скамейке на животе подтягиваясь руками 2.Ходьба по гимнастической стенке приставным шагом 3.Прыжки из обруча в обруч	П/и «Мы веселые ребята»	Отработать мягкое приземление на 2 ноги одновременно
	Обучать детей дослушивать текс до конца или ориентироваться на звуковой сигнал; стимулировать детей к проявлению храбрости; развивать ловкость; развивать у детей фантазию	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ	<i>Занятие построенное на подвижных играх:</i> «Охотник и зайцы», «Бездомный заяц», «Мы веселые ребята», «Подарки»		Отработать умение слушать текс и убегать только с его окончанием

Апрель

е	п	1.Учить детей	Построение в шеренгу,	1.Подскоки на месте	П/и «Лиса в	Отработать
---	---	---------------	-----------------------	---------------------	-------------	------------

	координировать движения ног при прыжках 2.Развивать устойчивое равновесии на возвышенности 3.Закреплять координацию руки и ног при ползании	колонну. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве (ходьба в рассыпную по сигналу остановиться /идти дальше). ОРУ	одна нога впереди, другая сзади 2. Ходьба по скамейке, перешагивая кубики 3. Ползание на четвереньках между конусами «змейкой»	куратнике»	хорошую смену ног при подскоках
	Учить детей совершать приставные шаги по гимнастической лестнице и переходить с пролета на пролет	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве(смена направляющего по свистку). ОРУ с кеглями	1. Ходьба по ребристой доске лежащий на полу 2.Ходьба приставным шагом по гимнастической лестнице с переход на другой пролет 3. Прыжки последовательно через 2-3 предмета высотой 5-10 см	П/и «Цветные автомобили»	
2 неделя	Упражнять детей в ловли, бросании и отбивании мяча	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание ориентировку в пространстве. ОРУ с большим мячом	1.Бросане мяча вверх и ловля 2.Бросание мяча об пол и ловля 3.Прокатывание мяча друг другу с расстояния 1-1,5 м	П/и «Подбрось, поймай, упасть не давай»	Отработать правильное положение рук при ловли мяча «корзиночкой»
	Развивать устойчивое равновесии на возвышенности	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ с обручем	<i>Игровое занятие «Путешествие в космос»</i> 1.Ходьба по скамейке с предметом в руках 2.Прыжки из обруча в обруч на двух ногах 3.Ползание на четвереньках в сочетании с подлезанием под дугу	П/и «Бездомный заяц»(места в ракете)	Отработать ползание по скамейке
3 неделя	1.Развивать устойчивое равновесие 2.Учить детей переносить сначала руки, а потом ноги при перелезании 3.Совершенствовать мягкое приземление на носки	Построение. Ходьба и бег в чередовании. Задание на внимание и ориентировку в пространстве (ходьба в рассыпную по одному удару в бубен присесть, по свистку поднять правую ногу, руки в стороны, по двум ударам в бубен продолжать ходьбу). ОРУ	1.Ходьба по ребристой доске лежащий на полу 2.Пролезание в обруч приподнятый от пола на 10 см 3.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 метра	П/и «Бездомный заяц»	Отработать прыжки в движении
	Учить детей соблюдать правила игру; обучать произносить слова дружно и всем вместе; развивать	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве(ходьба змейкой со сменой	<i>Занятие построенное на подвижных играх «Самолеты», «Лиса в курятнике», «кто дальше бросит», «прятки с белочкой»</i>		Отработать дружное произнесение слов и полное соблюдение правил

	ловкость и выносливость	направляющего по сигналу).ОРУ			
4 недели	1.Совершенствовать сохранение равновесия ходьбе на возвышенности 2.Учить детей совершать хороший прогиб в спине при подлезании 3.Закреплять правильный хват рейки при лазании 4.Учить детей переходить с одного пролета на дугой	Построение. Ходьба и бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ с палками	1.Ходьба по скамейке на середине присесть (руки в стороны) встать и идти дальше. 2.Ползание на четвереньках в сочетании с подлезанием под дугу. 3.Ходьба приставным шагом по гимнастической стенке 4. Лазание по гимнастической лестнице	П/и «Огуречик, огуречик»	Преодолевать страх перед высотой
	Учить детей соблюдать правила и правильно пятнать друг друга; развивать ловкость и выносливость	Построение. Ходьба. Бег. Задание на внимание и ориентировку в пространстве. ОРУ с «косичкой»	Занятие построенное на подвижных играх «Найди себе пару», «Зайцы и волк», «Перепрыгни через ручеек», «Прятки с белочкой»		Отработать четкое соблюдение правил

