

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 14
г. Батайск

ПРИНЯТА:
на заседании
Педагогического совета
Протокол от 26.08.2020 г. № 1



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре

Группа № 7 общеразвивающей направленности для детей старше 3-х лет
(2 младшая «Радуга»)

2020 - 2021 учебный год

Разработала:
Тюрина Анастасия Игоревна,
инструкторов ФК

СОДЕРЖАНИЕ

	<i>Оглавление</i>	<i>Страница</i>
1	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
	1.1 Пояснительная записка	3
	1.2 Цели и задачи Программы	4
	1.3 Принципы и подходы к формированию Программы	5
	1.4 Характеристики особенностей развития детей 2-младшей группы «Радуга» (3-4 лет)	6
	1.5. Развивающие технологии	7
	1.6 Планируемые результаты освоения программы	9
	1.7 Интеграция образовательной области «Физическая культура» с образовательными областями	10
	1.8 Форма проведения утренней гимнастики	12
2	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
	2.1 Перспективное планирование НОД по физической культуре	13
	2.2. Организация и формы взаимодействия с родителями	26
3	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
	3.1 Условия реализации программы	29
	3.2 Таблица максим допуст нагрузка	29
	3.3 Создание развивающей предметно пространственная среда	30
	3.4 Методическое обеспечение	31

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа по физическому развитию для группы общеразвивающей направленности для детей старше 3 лет (2 младшая «Солнышко») на 2018-2019 учебный год является программным документом для МБДОУ № 14. Программа составлена в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Все содержание образовательного процесса ДОУ выстроено в соответствии с Основной образовательной программой дошкольного образования МБДОУ № 14 с учетом Детство. Примерная образовательная программа дошкольного образования»/ Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др., 2014 г.

При разработке рабочей программы учитывались следующие нормативные документы:

- Закон «Об образовании в Российской Федерации», № 273 от 29.12.2012г
- Конституция Российской Федерации ст. 43, 72;
- Письм Минобразования от 02.06.1998г № 89/34-16 «О реализации права ДОУ на выбор программ и педагогических технологий»;

- СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержденный приказом от 17.10.2013г. N 1155 Министерства образования и науки Российской Федерации).

1.2 Цели и задачи Программы

Цель программы: Обеспечить 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.

1.3 Принципы и подходы к формированию Программы

Программа имеет в своей основе следующие принципы:

- Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.
- Принцип развивающего обучения от детей требуется приложение усилий для овладения новыми движениями.
- Принцип интеграции: процесс оздоровления детей в ДОО осуществляется в тесном единстве с учебно-воспитательным процессом.
- Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.
- Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

- Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, наметит пути совершенствования умений и навыков, построение двигательного режима.

- Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

- Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Подходы к формированию программы:

- системно – деятельностный подход;

-единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи;

-творческая организация (креативность) образовательного процесса;

-максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности образовательного процесса.

1.4 Характеристика особенностей развития детей 2-младшей группы (3-4 лет)

На четвертом году жизни движения ребенка становятся более уверенными, но координация движений у основной массы детей еще нарушена. Внимание приобретает все более устойчивый характер; совершенствуется зрительное, слуховое и

осязательное восприятие; развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений. У них появляется потребность выполнять их в соответствии с образцом. Все это позволяет педагогу приступить к обучению технике выполнения основных движений, отработке их качества.

1.5. Развивающие технологии

Технологии сохранения и стимулирования здоровья

Технология	Цель
Ритмопластика	Развитие двигательной активности ребёнка, Укреплению мышечного корсета ребенка, формирование правильного дыхания, развитию моторных функций, выработки правильной осанки, походки, грации движений Профилактика, коррекция речевых отклонений
Подвижные и спортивные игры	Комплексное развитие физических качеств личности ребенка: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости
Релаксация	Снятие психоэмоционального напряжения и возбуждения после высоких физических нагрузок

Коррекционные технологии для групп компенсирующей направленности

Технология	Цель
Технология музыкального воздействия	Снятие напряжения, повышения эмоционального настроения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы

Фонетическая ритмика	Соединение работы речедвигательного и слухового анализаторов с развитием общей моторики

Во второй младшей группе проводятся три физкультурных занятия в неделю. Продолжительность каждой части занятия увеличивается по сравнению с предыдущим годом за счет усложнения упражнений, отработки техники движений и увеличения времени выполнения. Детей следует привлекать к уборке инвентаря после занятия.

Приемы обучения движениям разнообразны: показ и объяснение, указания, пояснения, игровые приемы, имитации, использование зрительных и звуковых ориентиров. Например, педагог показывает ребенку подлезание под дугу, затем объясняет, как это надо делать, после чего ребенок выполняет подлезание сам. Воспитатель помогает, ободряя и подсказывая. Проговаривая последовательность движений по ходу их выполнения, воспитатель тем самым помогает детям лучше осознать задание. Важно сосредоточивать внимание ребенка на удавшихся ему элементах движения, а не на допущенных ошибках.

Если ребенок затрудняется, педагог оказывает ему помощь. Можно выполнить движение вместе с ребенком. Поощрение, поддержка помогают детям преодолевать трудности, развивают уверенность в своих силах.

В зависимости от программных задач и содержания занятия используются разные способы организации детей: фронтальный, поточный, подгрупповой, индивидуальный. Например, если ставятся задачи учить детей отталкиваться в прыжках в длину с места, сочетать это со взмахом рук, а также закреплять умение ползать на четвереньках, их можно разделить на подгруппы: одну подгруппу обучают прыжкам в длину с места, другая упражняется в ползании на четвереньках друг за другом до ориентира. В течение одного занятия могут быть использованы два-три способа организации детей.

При обучении основным видам движений применяются игровые приемы. Например, ребенку предлагают пройти не по гимнастической скамейке, а по «мостику», перепрыгнуть не через две линии, а через «канавку». Можно организовать занятие, все содержание которого будет подчинено игровому сюжету, например, «В гости к бабушке».

1.5 Планируемые результаты освоения программы

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:

- скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых.

6. Подвижные игры. Основные правила игр.

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 спрыгивании;

- 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.

1.6 Интеграция образовательной области «Физическая культура» с образовательными областями

Физическая культура интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Образовательная область	Задачи
«Социально-коммуникативное развитие»»	<p>Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий.</p> <p>Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.</p>
«Художественно-эстетическое развитие»	<p>Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей.</p>
«Речевое развитие»	<p>Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.</p>

1.7 Форма проведения утренней гимнастики.

Двигательная активность у детей в ДОО начинается с утренней зарядки. Формы проведения гимнастики направлены на развитие основных видов ходьбы и бега, закрепление основных видов движений, а также на повторении и изучении новых подвижных игр.

Утренняя гимнастика в младших группах проводится в групповом помещении, в остальных группах по графику в спортивном зале. В тёплое время года утренняя гимнастика проводится на улице, без использования спортивного оборудования. Для каждой возрастной категории установлена своя продолжительность утренней гимнастики: 2 младшая «Радуга» 4-5 мин.

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Перспективное планирование НОД по физической культуре.

Содержание организованной образовательной деятельности СЕНТЯБРЬ II младшая группа				
Занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Этапы занятий				
Задачи	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах вместе.	Развивать умение действовать по сигналу; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.
Вводная часть	Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп».			
ОРУ	С флажками	Без предметов	С малым мячом	С кубиком
Основные виды движений	Ходить «между двух линий».	Прыжки на двух ногах на месте.	Прокатывание мячей.	Ползание с опорой на ладони и колени.

		Бег по залу.		Бег «быстро в домик».
Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Птички» «Мячик кверху»	«Кот и воробышки»	«Найдём жучка»
Малоподвижные игры	Сюжетная ходьба стайкой			

Содержание организованной образовательной деятельности ОКТЯБРЬ II младшая группа				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; и энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом упражнении с мячом.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнении в равновесии.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег			

	в колонне, по кругу, в рассыпную с высоким подниманием коленей.			
ОРУ	Без предмета	Без предмета	С малым мячом	На стульчиках
Основные виды движений	Упражнения на равновесия. Прыжки.	Прыжки из обруча в обруч. Прокатывание мяча друг другу.	Прокатывание мячей в прямом направлении. Ползание между предметами.	Ползание «крокодильчики». Упражнение в сохранении равновесия.
Подвижные игры	«догони мяч» «Ляпка»	«Ловкий шофёр»	«Зайка серый умывается»	«Кот и воробышки»
Малоподвижные игры	Ходьба с мячом	«Машины поехали в гараж»	«Найдем зайку»	Ходьба в колонне по одному за самым ловким «КОТОМ»

Содержание организованной образовательной деятельности НОЯБРЬ II младшая группа				
Занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Этапы занятий				
Задачи	Упражнять детей в равновесии при	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением	Развивать умение действовать по	Упражнять детей в ходьбе с выполнением

	ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	заданий; в прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; Упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	сигналу; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал; в ползании, развивая координацию движений; равновесии.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, по кругу, в рассыпную с высоким подниманием коленей.			
ОРУ	С ленточками	С обручем	Без предмета	С флажками
Основные виды движений	Упражнение на равновесие. Прыжки на двух ногах.	Прыжки «через болото». Прокатывание мячей.	Прокати не задень. Проползи не задень.	Ползание «Паучки». Упражнения в сохранении равновесия.
Подвижные игры	«Ловкий шофёр»	«Где спрятался мышонок?» «Гуси, лебеди...» П	«по ровненькой дорожке»	«Поймай комара» Э
Малоподвижные	«Найдем зайчонка»	«Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по	Ходьба в колонне по

игры			одному.	одному за «комаром»
------	--	--	---------	---------------------

Содержание организованной образовательной деятельности ДЕКАБРЬ II младшая группа				
Занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Этапы занятий				
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия прыжках.	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре; сохранении равновесия при ходьбе по доске.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, по кругу, в рассыпную с высоким подниманием коленей.			
ОРУ	С кубиками	С мячом	С кубиками	На стульчиках
Основные виды	Пройди не задень.	Прыжки со скамейки.	Прокати мяч м/д	Ползание по скамье с

движений	Прыжки на двух ногах.	Прокатывание мячей друг другу.	предметами. Ползание под дугу.	опорой на ладони и колени. Ходьба боком по скамье.
Подвижные игры	«Коршун и птенчики» Э	«Найди свой домик»	«Найдем лягушонка» «Гори, гори ясно!» П	«Найдем птенчика»
Малоподвижные игры	«Найдем птенчика»	«Где спрятался мышонок?»	«Найдем лягушонка»	«Найдем птенчика»

Содержание организованной образовательной деятельности ЯНВАРЬ II младшая группа				
Занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Этапы занятий				
Задачи	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге в рассыпную; в прыжках на двух ногах	Упражнять в умении действовать по сигналу в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола;

	ногах, продвигаясь в перед.	между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	катании мяча друг другу; повторить упражнения в ползании, развивая координацию движений.	сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, по кругу, в рассыпную с высоким подниманием коленей.			
ОРУ	С платочками	С обручем	С кубиками	Без предметов
Основные виды движений	Пройди не упади. Прыжки на двух ногах с приземлением на полусогнутые ноги.	Прыжки на двух ногах между предметами. Прокатывание мячей друг другу.	Прокати – поймай. Ползание на четвереньках «медвежата».	Ползание под дугу, не касаясь руками пола. Ходьба боком по скамье.
Подвижные игры	«Коршун и цыплята»	«Птица и птенчики» Э	«Найди свой цвет»	«Лохматый пёс» «Колпачок» П
Малоподвижные игры	«Найдем цыплёнка»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Содержание организованной образовательной деятельности ФЕВРАЛЬ II младшая группа

Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	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.	Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; перешагивания через шнур; бег в колонне, по кругу, в рассыпную с высоким подниманием коленей.			
ОРУ	С кольцом	С обручем	С мячом	Без предмета
Основные виды	Перешагни – не наступи.	Прыжки на	Бросание мяча через	Лазанье под дугу в

движений	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	полусогнутых ногах (весёлые воробышки). Прокатывание мяча между предметами «Ловко и быстро!».	шнур двумя руками. Подлезание под шнур.	группировке. Ходьба по скамье, сохраняя равновесие.
Подвижные игры	«Найди свой цвет» «Ваня, Ваня-простота» П	«Воробышки в гнёздышках»	«Кот и воробышки»	«Лягушки» Э
Малоподвижные игры	Игра по выбору детей	«Найдем воробышка»	Ходьба в колонне по одному с мячом.	«Найдем лягушонка»

Содержание организованной образовательной деятельности Март II младшая группа				
Занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Этапы занятий				
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную; разучить	Развивать умение действовать по сигналу. Упражнять в	Развивать координацию движений в ходьбе и

	ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	прыжки в длину с места; Развивать ловкость при прокатывании мяча.	бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, по кругу; между предметами, в рассыпную с высоким подниманием коленей, помахивая руками.			
ОРУ	С кубиками	Без предмета	С мячом	Без предмета
Основные виды движений	Ходьба боком приставным шагом. Прыжки между предметами змейкой.	Прыжки в длину с места. Прокатывание мячей друг другу.	Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками. Ползание на повышенной опоре.	Ползание на четвереньках. Ходьба по скамье свободно балансирую руками.
Подвижные игры	«Кролики» Э	«Найди свой цвет»	«Зайка серый умывается»	«Автомобили»
Малоподвижные	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по	«Найдем зайку?»	Ходьба в колонне по

игры		одному.		одному- «автомобили поехали в гараж»
------	--	---------	--	--------------------------------------

Содержание организованной образовательной деятельности АПРЕЛЬ II младшая группа				
Занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Этапы занятий				
Задачи	Повторить ходьбу и бег между предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.
Вводная часть	Ходьба вокруг кубиков, в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, в рассыпную с высоким подниманием коленей.			

ОРУ	На скамейке с кубиком	С лентой	Без предмета	С обручем
Основные виды движений	Ходьба боком, приставным шагом, по скамье. Прыжки на двух ногах.	Прыжки из кружка в кружок Прокатывание мячей точный пас.	Бросание мяча вверх и ловля двумя руками. Ползание по скамейке.	Ползание на ладонях и коленях между предметами. Ходьба боком по мостику.
Подвижные игры	«Тишина»	«По ровненькой дорожке»	«Мы топаем ногами» «Море волнуется» П	«Огуречик, огуречик»
Малоподвижные игры	«Найдем лягушонка»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Содержание организованной образовательной деятельности МАЙ II младшая группа				
Занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Этапы занятий				
Задачи	Повторить ходьбу и бег в рассыпную, развивая ориентировку в	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в	Ходьба с выполнением заданий по сигналу; упражнять	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу; в лазании по наклонной лесенке;

	пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	повторить задание в равновесии.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, в рассыпную, между предметами, с остановкой на сигнал «Стоп» и выполнением задания; бег в колонне.			
ОРУ	С кольцом	С мячом	С флажками	Без предметов
Основные виды движений	Ходьба по скамейке. Прыжки через шнуры.	Прыжки со скамейки. Прокатывание мяча друг другу.	Подбрасывание мяча. Ползание по скамейке.	Лазание на наклонную лесенку. Перебрасывание мяча друг другу. Прыжки зажав мяч между коленками. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока.
Подвижные игры	«Мыши в кладовой»	«Воробушки и кот»	«Огуречик, огуречик»	«Коршун и наседка»

Малоподвижные игры	«Где спрятался мышонок»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

2.2. Организация и формы взаимодействия с родителями

Ведущая цель взаимодействия детского сада с семьей — создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания.

Основные формы взаимодействия с семьей.

1. Знакомство с семьей: встречи-знакомства, анкетирование семей.
2. Информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, приглашение родителей на детские концерты и праздники, создание памяток, интернет-журналов, переписка по электронной почте.
3. Совместная деятельность: привлечение родителей к организации вечеров физкультурных развлечений, конкурсов, семейных праздников

Месяц	Форма работы	Темы/направления деятельности
-------	--------------	-------------------------------

Сентябрь	Презентация на День открытых дверей	Знакомство с планом работы по физическому развитию. «Роль родителей в воспитании здорового ребёнка»
Октябрь	Групповая консультация	«Образ жизни семьи - здоровье ребёнка», «Как заинтересовать ребёнка занятиями физкультурой»
Ноябрь	Родительское собрание, консультация	«Гимнастика и зарядка дома», Информирование родителей о результатах мониторинга. Рекомендации (в соответствии с картой развития ребенка).
Декабрь	Групповая консультация	«Подвижные игры с детьми 3-4 лет в семье»
Январь	Спортивный праздник для детей и их родителей	«Спорт – это здоровье, сила, красота, смех».
Февраль	Групповая консультация	«Значение физического воспитания для правильного развития детей».
Март	Родительское собрание, консультация	«Профилактика плоскостопия».
Апрель	Групповая консультация	«Как провести выходной день с пользой»
Май	Презентация	Фотовыставка

		«Вот так мы спортом занимаемся!»
Июнь	Родительское собрание	Участие в итоговом общем родительском собрании, подведение итогов физкультурной работы, Информирование родителей о результатах мониторинга. Рекомендации (в соответствии с картой развития ребенка).
Июль	Групповая консультация	«Спортивный уголок дома»
Август	Спортивный праздник для детей и их родителей	«Досвидание, Лето!»

Организационный раздел

3.1 Условия реализации программы

Условия	Формы организации
Организационно-педагогические	<ol style="list-style-type: none"> 1. Режим дня 2. Индивидуальный образовательный маршрут (Костя О.) 3. Специальная предметно-развивающая среда (спортивные площадки для бега, футбольное поле, баскетбольная площадка, спортивный зал, музыкальный зал)
Специальное оборудование	Ноутбук, муз.центр, проектор, мультимедийный экран, гимнастические тренажеры, индивидуальные фитнес коврики
Психолого-педагогическое сопровождение	Промежуточная диагностика, корректировка образовательной программы

3.2 Таблица максимально допустимая нагрузка.

Норма занятия	Продолжительность одного занятия	Количество занятий в день	КР	Количество занятий в неделю	КР	Прерывы между занятиями
Подгрупповые занятия	25 минут	1		2 (50 минут)		Не менее 10 минут

Индивидуальные занятия	15 минут	1	4 (60 минут)	
Итого:	40 минут	2	1 час 50 минут	

3.3 Создание развивающей предметно-пространственной среды

Направления физического развития	Содержание предметно-пространственной среды
Построения и перестроения	Пронумерованные конусы-ориентиры, канаты
Развитие основных движений	Гимнастические палки, обручи, мячи массажеры, мячи прыгуны, тренажер «Мини-твист», тренажер «Гребной»
Развитие равновесия	Гимнастические скамейки, тренажер «Бегущий по волнам», Массажные «Следочки-ладошки», балансир «Бесконечная петля»
Ходьба	Кегли, тренажер «Беговая дорожка», тренажер «Мини-степпер», свисток, бубен
Прыжки	Скакалка спортивная, мягкие модули, сухой «Чудо-Бассейн» трансформер, мешки, для прыжков с ручками, барьер универсальный
Катание, бросание, метание	Мячи большие, мячи малые, мячи футбольные,

	баскетбольные, волейбольные. Вертикальная и горизонтальная цели. Мешочки для метания. Игра «Кольцеброс»
Лазание	Шведская стенка, дуги для подлезания, вертикальная лестница, туннель, дорожка для подлезания «Радуга».
Подвижные игры	Атрибуты(маска лиса; нагрудные знаки автомобили, воробушки; султанчики желтогоцвета; знаки стой иди)

3.4 Методическое обеспечение

- Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) дошкольного образования
- «Детство. Примерная образовательная программа дошкольного образования» / Т.И.Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В.Солнцева. СПб.: ООО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014.

Программно - методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие»:

Программа	название	Автор, издательство
-----------	----------	---------------------

	<p>Физическая культура в детском саду младшая группа</p>	<p>Л.И.Пензулаева МОЗАИКА – СИНТЕЗ,2015 г.</p>
	<p>Подвижные игры для детей 3-5 лет</p>	<p>К.К. Утробина Москва, Издательство ГНОМ 2017 г.</p>
	<p>Оздоровительная гимнастика комплексы упражнений</p>	<p>Л.И.Пензулаева МОЗАИКА – СИНТЕЗ,2015 г</p>

Литература:

- Физическая культура в детском саду младшая группа Л.И.Пензулаева МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2015 г.
- Подвижные игры для детей 3-5 лет К.К. Утробина Москва, Издательство ГНОМ 2017 г.
- Оздоровительная гимнастика комплексы упражнений Л.И.Пензулаева МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2015 г