

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «СОЛНЫШКО» Г. УСМАНИ

ПРИНЯТО

педагогическим советом
г. Усмани

Протокол № 1.
от «28»08.2020г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с «Солнышко»



Л.В. Журавлева

Приказ № 53 от 28.08.2020г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Образовательная область: «Физическая культура»

Контингент детей: от 2 до 3 лет

Разработал:

Инструктор по ФК: Н.М.Шарапова

Усмани. 2020г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка

- Цели и задачи изучения образовательной программы.
- Перечень нормативных документов.
- Сведения о программе, на основании которой разработана рабочая программа.
- Формы организации образовательной деятельности по приобщению детей к национальным, социокультурным традициям и нормам (региональный компонент).

2. Годовое комплексно-тематическое планирование.

3. Режим дня (холодный, теплый период).

4. Расписание.

5. Сотрудничество с семьей и социальными партнерами.

6. Список литературы и материально-технического обеспечения.

Приложение №1.

Календарно – тематический план. (Приложение).

Диагностика (Приложение).

1. Пояснительная записка.

Цели: 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 наносящим 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.).

Задачи изучения образовательной программы:

1. Обогащать детский двигательный опыт, способствовать освоению основных движений, развитию интереса к подвижным играм и согласованным двигательным действиям.
2. Обеспечивать смену деятельности детей с учетом степени ее эмоциональной насыщенности, особенностей двигательной и интеллектуальной активности детей.
3. Создать все условия для успешной адаптации каждого ребенка к условиям детского сада.
4. Укреплять здоровье детей, реализовывать систему закаливания.
5. Продолжать формирование умения ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног, действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры.

Нормативные правовые документы, на основании которых разработана рабочая программа:

1. Федеральный Закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ
2. Постановление от 15 мая 2013г. №26 «Санитарно–эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013г. №1014 «Об утверждении порядка и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам дошкольного образования».
5. Основная образовательная программа дошкольного образовательного учреждения МБДОУ д/с «Солнышко» г. Усмани.
6. Устав ДОО.
7. Положение о рабочих программах педагогов МБДОУ д/с «Солнышко» г. Усмани.

Сведения о программе.

Программа разработана на основании основной общеобразовательной программы МБДОУ д/с «Солнышко» г.Усмани.

Программа разработана на основе ФГОС дошкольного образования, ориентирована на охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, эмоционального благополучия.

Задачи организации образовательной деятельности по приобщению детей к национальным, социокультурным традициям, нормам :

1. Воспитывать интерес к истории родного края, к людям, живущим в Усмани, к людям спорта.
2. Пропагандировать здоровый образ жизни, стремление к занятиям физической культурой и спортом.

Формы организации образовательной деятельности по приобщению детей к национальным, социокультурным традициям, нормам.

Месяц	Формы мероприятий.
1 квартал (Сентябрь, октябрь, ноябрь)	1. Прогулка - знакомство со спортивной площадкой ДОУ.
2 квартал (Декабрь, январь, февраль).	1. Спортивный праздник «Курочка- ряба».
3 квартал (Март, апрель. Май).	1. День здоровья – «В городе Здоровичков».

**2. Годовое комплексно – тематическое планирование
1-я младшая группа.**

Месяц	Темы	Мероприятие
Сентябрь	1. «Осенние листья». 2. «Игрушки». 3. «Цветные кубики». 4. «Не обычный мячик».	«В гости к игрушкам». Спортивный праздник. «Осенние игры».
Октябрь	1. «Домашние животные». 2. «Куручка - Ряба». 3. «Путешествие на машине». 4. «Догоняет кошка мышку».	«Куручка и цыплята». «Вечер спортивного развлечения».
Ноябрь	1. «Русские сказки». 2. «Мой мишка». 3. «Репка». 4. «Поиграем с мячиками».	«Репка». День здоровья. «Мой Мишка».
Декабрь	1. «Мы мороза не боимся». 2. «Игрушки - погремушки». 3. «Подвешенные мячи». 4. « Путешествие на поезде».	День здоровья. «В городе здоровичков»
Январь	1. «Кто же такие птички?». 2. «Достань до погремушки на карусели». 3. «Мишка идет в гости к Мишке». 4. «Мы едем, едем, едем...».	Зимние игры на воздухе.
Февраль	1. «Поступаем в школу Мишки - Топтышки». 2. «Маленькие Гномики». 3. «Дикие животные зимой». 4. «Зимняя песенка».	«Масленица» – развлечение.

Март	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Ах, какая мама!» 2. «Книжки-малышки». 3. «В гости к колобку». 4. «Что я знаю о себе?» 	«Весенняя песня».
Апрель	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Светит солнышко». 2. «Шуточная олимпиада». 3. «Шутки - прибаутки». 4. «Букашки-таракашки». 	Спортивное развлечение «Подвижные народные игры».
Май	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Лесные друзья». 2. «Солнце, воздух, вода - наши лучшие друзья». 3. «Расцвели цветочки». 	Спортивный праздник «Да Здравствуют дети на всей планете!».

3. Режим дня (холодный период)

Режимные моменты	Время
Прием детей, самостоятельная деятельность, игры работа с родителями	7.30-8.05
Утренняя гимнастика	8.05-8.15
Подготовка к завтраку	8.15-8.25
Завтрак	8.25-8.45
Игра, самостоятельная деятельность	8.45 -9.00
Образовательная деятельность	9.00-9.10 9.20-9.30
Подготовка к прогулке	9.30-9.35
Прогулка (игры, наблюдения)	9.35-10.30
Возвращение с прогулки	10.30-10.35
Подготовка ко 2-му завтраку	10.35-10.40
Завтрак	10.40-10.50
Подготовка к прогулке	10.50-10.55

Режим дня (теплый период)

Режимные моменты	Время
Прием детей, самостоятельная деятельность, игры Утренняя гимнастика	7.30-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Игры, подготовка к прогулке, к образовательной деятельности и выход на прогулку	8.30 -9.00
Самостоятельные игры	-
Игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры, образовательная деятельность	9.00-11.10
Возвращение с прогулки, игры	11.10-11.30
Обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Подъем, воздушные процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.45
Игры, досуги, общение по интересам, выбор самостоятельной деятельности в	
Подготовка к прогулке, прогулка Возвращение с прогулки	15.45-17.30
Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	17.30-18.00

4. Расписание

Вторник	Четверг
1. «Светлячок» №3 9.15 - 9.25.	1. «Светлячок» №3

5. Сотрудничество с семьей (1) и социальными партнерами (2):

Месяц	Формы сотрудничества
<p>Сентябрь</p> <p>Октябрь</p> <p>Ноябрь</p>	<p>1. Родительское собрание «Гигиена детства»</p> <p>1. Папка-передвижка «Здоровый быт детей в семье»</p> <p>1. Консультация «Утренняя гимнастика с малых лет».</p> <p>1. Папка-передвижка «Здоровье - прежде всего».</p> <p>2. Экскурсия на спортивную площадку детского сада.</p> <p>1. Родительское собрание «Гигиена детства»</p>
<p>Декабрь</p> <p>Январь</p> <p>Февраль</p>	<p>1. Консультация «Организация физического воспитания детей в семье».</p> <p>1. Папка – передвижка «Профилактика близорукости».</p> <p>1. Консультация «Роль семьи в воспитании эмоциональной отзывчивости ребенка».</p> <p>1. Папка-передвижка «Ваш ребенок часто болеет ОРВИ... Как быть?».</p> <p>1. Папка-передвижка «Профилактика плоскостопия».</p> <p>2. Совместный праздник выходного дня «Вместе с мамой, вместе с папой, воспитателями на лыжах в Песковатский лес».</p>

Март	<ol style="list-style-type: none"> 1. Родительское собрание «Закаливание ребенка». 2. Консультация для педагогов «Релаксационная гимнастика после сна».
Апрель	<ol style="list-style-type: none"> 1. Папка-передвижка «Больше внимания осанке»
Май	<ol style="list-style-type: none"> 1. Папка –передвижка « Утренняя гимнастика» 1. Папка-передвижка «Что делать до прихода врача, или первая помощь»

6. Список литературы и материально - технического обеспечения.

Список литературы	Материально- техническое обеспечение
<ol style="list-style-type: none"> 1. Спортивные праздники в детском саду. Пособие для работников дошкольных учреждений. Аксёнова З.Ф. – М.:ТЦ сфера, 2003 г. 2. Оздоровительная работа в дошкольном образовательных учреждениях по программе «Остров здоровья» Александрова Е.Ю 2007 г. 3. Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 2-3 лет в ДОУ. Практическое пособие для старших воспитателей и педагогов ДОУ, родителей гувернеров. Бондоренко Т.М Воронеж.: ИП Лакоценина Н.А.; 2012 г. 4.Физическая культура дошкольника младший возраст: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. Злазырина Л.Д. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС: 2001 г. 5. Методический комплект программы «Детство». Образовательная область физическая культура. Грядкина Т.С. 6. Физкультурные занятия с детьми раннего возраста: Третий год жизни: практическое пособие. Литвинова М.Ф. – М.: АЙРИС – ПРЕСС 2005 г. 7. Конспекты – сценарий занятий по физической культуре для дошкольников. Муллаева Н.Б. Учеб. – мет. пособие – СПб.: «Детство – пресс», 2006 г. 8. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Музыкальный центр. 2. Гимнастическая стенка. 3. Сухой бассейн. 4.Гимнастический мат. 5. Гимнастические палки. 6. Мячи большие. 7. Мячи маленькие. 8. Обручи. 9. Дорожки здоровья. 10. Помпоны. 11. Султанчики. 12. Флажки. 13. Ленты для художественной гимнастики. 14. Стойки для прыжков в высоту. 15. Доска ребристая. 16. Щит для метания. 17. Баскетбольное кольцо. 18. Сетка волейбольная. 19. Гимнастические скамейки. 20. Резиновые коврики для прыжков. 21. Кубики. 22. Кегли. 23. Дуги. 24. Мячи набивные. 25. Мячи – прыгуны. 26. Колпачки. 27. Мешочки с песком. 28. « Кочки».

Е.Н. Борисова. – Издание 2-е, переработанное.- М..Глобус; Волгоград: Панорама, 2009.- 144с.- (Дошкольное образование).

9.Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. Л.И. Пензулаева. _М.; Мозаика- Синтез, 2009-2010г.

10. Физкультурные занятия в детском саду. Л.И. Пензулаева. Средняя.М.; Мозаика-Синтез, 2009-2010гг.

11. Физкультурные занятия в детском саду. Л.И. Пензулаева. Старшая М.; Мозаика-Синтез, 2010 г.

12. Фомина Н.А. Сказочный мир физической культуры. (Физкультурные занятия с дошкольниками в муз. ритме сказок) Фомина Н.А. Учитель, 2004 г.

13. Планы -конспекты НОД с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О.Н Моргунова. Воронеж, 2013 г.

14. Образовательная область «Физическая культура» Как работать по программе «Детство»: Т.С. Грядкина. Учебно – методическое пособие, 2012 г.

15. Физическая культура. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-7 лет. Е.А. Мартынова, Н.А. Давыдова, И.Р. Кислюк. Волгоград: учитель 2013 г.

16. Игры и песни с нотами для малышей. Москва. Санкт – Петербург. Нижний Новгород. Воронеж. Ростов – на Дону. Екатеринбург. Самара. Новосибирск. Киев. Харьков. Минск, 2015 г.

ОО «Физическое развитие».

Возрастная категория детей: от 2 до 3-х лет.

Разработал:

Инструктор по ФК: Н.М.Шарапова

ОО «Физическое развитие»

Вид деятельности: «Физическая культура»

Задачи изучения образовательной программы:

1. Обогащать детский двигательный опыт, способствовать освоению основных движений, развитию интереса к подвижным играм и согласованным двигательным действиям.
2. Обеспечивать смену деятельности детей с учетом степени ее эмоциональной насыщенности, особенностей двигательной и интеллектуальной активности детей.
3. Создать все условия для успешной адаптации каждого ребенка к условиям детского сада.
4. Укреплять здоровье детей, реализовывать систему закаливания.
5. Продолжать формирование умения ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног, действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры.

Объем образовательной нагрузки

Группы	Часы в неделю	Часы в месяц	Часы в год
Первая младшая	2	12	109

Перспективно - календарный план

ОО «Физическое развитие»

Вид деятельности: «Физическая культура» - первая младшая группа

Месяц	Темы	Цели	Методическое обеспечение
Сентябрь	1.«Осенний листопад».	1.Учить детей принимать правильное положение при выполнении ОРУ. 2. Развивать двигательную реакцию в упражнениях общеразвивающего характера. 3. Развивать чувство равновесия через двигательную активность, ориентироваться на сигнал.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 20).
	2. «Разноцветные кубики».	1. Развивать чувство равновесия через двигательную активность, ориентироваться на	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная

Октябрь	3.«Путешествие на машине».	<p>сигнал.</p> <p>2. Учить ползанию на четвереньках к предмету.</p> <p>3. Упражнять в ползании и лазание на четвереньках под веревку.</p>	<p>область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 20).</p> <p>Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ.</p> <p>Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 20).</p>
	4. «Курочка Ряба».	<p>1.Упражнять в беге по кругу.</p> <p>2. Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении.</p> <p>3. Развивать меткость при метании в цель.</p>	<p>Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ.</p> <p>Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 20).</p>
	5. «Повтори за мной».	<p>1.Формировать умения бросать и ловить мяч.</p> <p>2.Учить лазать и ходить по ограниченной поверхности между двумя линиями.</p> <p>3.Учить подпрыгивать на двух ногах.</p>	<p>Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ.</p> <p>Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 20).</p>
	6. Пальчиковая игра «Ежик»	<p>1. Упражнять в выполнении основных движений на координационной лестнице.</p> <p>2. Развивать самостоятельность, активность, творчество в движении.</p>	<p>Картотека подвижных игр на координационной лестнице</p>
	1. « В гости к игрушкам».	<p>1. Содействовать снижению двигательной и эмоциональной расторможенности.</p>	<p>Картотека игр с шариком массажером Суджок</p>
2.«Игрушки –	<p>1.Формировать умения начинать ходить и бегать на определенный сигнал.</p> <p>2. Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении.</p> <p>3. Упражнять в ползании на скорость.</p>	<p>Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ.</p> <p>Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 21).</p>	
	1.Развивать у детей	Планы – конспекты	

	погремушки».	эмоциональное отношение и желание участвовать в играх. 2. Закрепить навыки детей в построении враспынную и в беге стайкой за воспитателем. 3. Учить ползанию на четвереньках к предмету.	с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 21).
	3. «Непослушный мячик».	1. Упражнять в ходьбе по кругу. 2. Упражнять в ходьбе по наклонной доске. 3. Упражнять в прыгивании с высоты 8 – 10 см.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 21).
	4. «Мышка идет в гости к Мишке».	1. Формировать умение бросать и ловить мяч. 2. Развивать глазомер. 3. Упражнять в беге по кругу.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 22).
	5. «Вперед спиной»	1. Развивать координацию движений. 2. Развивать умение взаимодействовать в команде.	Картотека подвижных игр на координационной лестнице
	6. «Черепашка»	1. Нормализовать мышечный тонус.	Картотека игр с шариком массажером Суджок
Ноябрь	1. «Домашние животные».	1. Формировать умение прыгивать с высоты. 2. Учить бросать мешочки на дальность правой, левой рукой. 3. Закрепить умение имитировать движение и повадки животных.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр.

Декабрь	2. «Догоняет кошка мышку».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать умение спрыгивать с высоты. 2. Упражнять в беге за катящимися мячами. 3. Упражнять в прыжках на двух ногах. 	<p>22).</p> <p>Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 22).</p>
	3.«Упрямые козы».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнять в ползании и лазании на четвереньках под веревку. 2. Развивать способность ориентироваться в пространстве. 3. Развивать быстроту реакции на движущийся объект. 	<p>Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 23).</p>
	4. «Мы едем, едем, едем...»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей ходить друг за другом по ограниченному пространству (дорожка 25см). 2. Учить детей бросать мяч от груди вперед. 3. Развивать координацию. 	<p>Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 23).</p>
	5. «Посадка картошки»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать координацию движений, быстроты. 	<p>Картотека подвижных игр на координационной лестнице</p>
	6. «Шла медведица спорсонок»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать внимание. 2. Нормализовать мышечный тонус. 	<p>Картотека игр с шариком массажером Суджок</p>
	1. «Мы мороза не боимся...»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закрепить умение имитировать движения и повадки животных. 2. Упражнять в прыжках на двух ногах. 3. Упражнять в ползании и лазании на четвереньках. 	<p>Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 23).</p>

Январь.	2. « Необычный мячик».	1.Формировать умение бросать предмет в горизонтальную цель. Во время броска соблюдать указанное направление. 2. Формировать умение бегать в разных направлениях. 3. Упражнять в катании мяча С горки и догонять его.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 23).
	3. «Поиграем с мячиком».	1.Упражнять в сочетании ловли и броска мяча воспитателю и друг другу. 2.Развивать чувство равновесия ,ориентировку в пространстве. 3.Упражнять прыжки в длину с места.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 24).
	4. «Елка в гости к нам пришла».	1.Формирование умения бросать предметы в горизонтальную цель. 2. Формировать умение катать мяч друг другу из разных исходных положений. 3.Упражнять скатывания мячика с горы и догонять его.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 24).
	5. «Передай мяч»	1. Развивать координацию движений. 2. Развивать умение взаимодействовать в команде.	Картотека подвижных игр на координационной лестнице
	6. «На поляне, на лужайке»	1. Совершенствовать навыки пространственной ориентации, внимания.	Картотека игр с шариком массажером Суджок
	1.«Кто же такие птички?».	1.Закреплять умение ходить и бегать в колонне по одному. 2. Закреплять умение ориентироваться в пространстве. 3. Упражнять в ползании по	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая

Февраль	2. «Птичий двор».	гимнастической скамейке. 1. Формировать умение лазать по гимнастической стенке. 2. Формировать умение выполнять движение самостоятельно. 3. Развивать навык ползать под дугу.	культура». О. Н. Моргунова. (стр. 24). Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 25).
	3. «Прогулка в лес».	1. Развивать навык прыгать в глубину в игре «Птички в гнездышках». 2. Развивать навык ползать на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Формировать умение выполнять движение самостоятельно.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 24).
	4. «Мы веселые ребята»	1. Развивать быстроту, координацию движений, внимание, ориентацию в пространстве.	Картотека подвижных игр на координационной лестнице.
	5. «Мальчик-Пальчик»	1. Нормализовать мышечный тонус. 2. Развивать память.	Картотека игр с шариком массажером Суджок.
	1. «Быстрые и ловкие».	1. Формировать умение метать мяч из – за головы. 2. Развивать навык метание малого мяча вдаль в горизонтальную цель. 3. Развивать навык подлезать под веревку.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 24).

	2. «Зимние забавы».	1. Формировать умение ходить по наклонной доске, соблюдая равновесие. 2. Формировать умение катать мяч в цель. 3. Формировать умение ползать по гимнастической скамейке и прыгивать с нее.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 25).
	3. «Русская зима».	1. Развивать навык метать вдаль в горизонтальную цель. 2. Закреплять умение ходить и бегать в колонне по одному. 3. Способствовать развитию глазомера.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 25).
	4. «Масленица».	1. Формировать у детей желание к самовыражению в движении. 2. Использовать сказочный образ с целью свободного, естественного выполнения движения. 3. Приобщать детей к русским народным традициям.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 25).
	5. «Холодно-горячо»	1. Закреплять навыки выполнения движений в соответствии с сигналами ведущего.	Картотека подвижных игр на координационной лестнице
	6. «Ежик»	1. Развивать внимание, память.	Картотека игр с шариком массажером Су-джок.
Март	1. «В гости к мишке – Топтышке».	1. Закреплять умение метать мяч из-за головы двумя руками. 2. Закреплять умение прыгать в длину с места. 3. Развивать координацию движений.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 26).

	2. «Весенняя песенка».	1.Закреплять умение метать вдаль левой, правой рукой. 2. Закреплять умение ходить и бегать, изменяя направление. 3.Развивать уверенность преодолевать робкость.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 26).
	3. «Карусель».	1.Соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега. 2. Приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу. 3. Учить ходить парами в определенном направлении.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 26).
	4. «Путешествие на поезде».	1.Учить ходить по одному небольшой подгруппой в заданном направлении, перешагивая через предметы. 2.Учить бросать мешочки в горизонтальную цель (обруч, расстояние 1м). 3.Упражнять в ползании по доске и подлезании под веревку.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 26).
	5. «Найди свой кубик»	1.Развивать координацию движений, внимания, ориентировку в пространстве.	Картотека подвижных игр на координационной лестнице.
	6. «Капуста»	1. Нормализовать мышечный тонус.	Картотека игр с шариком массажером Суджок.
Апрель	1.«Русские сказки».	1.Формировать умение бросать мяч вверх и ловить его. 2. Формировать умение перешагивать с ящика на ящик, сохраняя равновесие. 3. Формировать умение ходить по-медвежьи.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 27).

	2. «Шутки – прибаутки».	1. Формировать умение ловить мяч после отскока. 2. Закреплять умение в прыжках в длину с места. 3. Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта детей.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 27).
	3. «Весенние деньки».	1. Упражнять в переползании через гимнастический валик. 2. Формировать умение бросать мяч вверх и ловить его. 3. Упражнять подлезать под дугу разной высоты.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 27).
	4. «Шуточная олимпиада».	1. Упражнять в ходьбе и беге на носках. 2. Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке. 3. Закреплять умение катания мяча под дугу.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 27).
	5. «Кто скорее до флажка»	1. Закрепить навыки выполнения движений, развивать координацию движений.	Картотека подвижных игр на координационной лестнице.
	6. «Игрушки»	1. Содействовать снижению двигательной и эмоциональной расторможенности.	Картотека игр с шариком массажером Суджок.
Май.	1. «Светит солнышко».	1. Упражнять в ходьбе и беге парами. 2. Закреплять умение ходить по наклонной доске. 3. Закреплять умение прыгать на двух ногах на месте.	Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 28).
		1. Упражнять в ходьбе и беге	Планы – конспекты

	<p>2. «В гости к солнышку».</p> <p>3. «Расцвели цветочки».</p> <p>4. «Веселые старты».</p> <p>5. «Не ошибись»</p> <p>6. «Семья»</p>	<p>между обручами.</p> <p>2. Упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и голени.</p> <p>3. Закреплять умение катить мяч друг другу из положения сидя.</p> <p>1. Упражнять в ходьбе и беге по кругу.</p> <p>2. Закреплять умение ходить и бегать небольшими группами друг за другом в игре «Поезд».</p> <p>3. Закреплять умение преодолевать препятствия.</p> <p>1. Закреплять умение ходить и бегать врассыпную.</p> <p>2. Повторить все виды ходьбы и бега, перестроения и построения по программе.</p> <p>3. Упражнять в ходьбе и ползании змейкой.</p> <p>1. Закреплять навыки выполнения движений в соответствии с сигналами ведущего.</p> <p>1. Совершенствовать навыки пространственной ориентации, развивать память, внимание.</p>	<p>с детьми 2-7 лет в ДОУ.</p> <p>Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 28).</p> <p>Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ.</p> <p>Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 28).</p> <p>Планы – конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ.</p> <p>Образовательная область «Физическая культура». О. Н. Моргунова. (стр. 28).</p> <p>Картотека подвижных игр на координационной лестнице.</p> <p>Картотека игр с шариком массажером Суджок.</p>
--	---	---	--

Требования к результатам освоения образовательной программы

- Ребенок интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.).
 - При выполнении упражнений демонстрирует достаточную координацию движений, быстро реагирует на сигналы.
 - С большим желанием вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, проявляет инициативность.
 - Стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям.
 - Переносит освоенные простые новые движения в самостоятельную двигательную деятельность.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «СОЛНЫШКО» Г. УСМАНИ

Обсуждено и рекомендовано

педагогическим советом

Протокол № 1

от 28.08. 2020г.

УТВЕРЖДАЮ

заведующий МБДОУ д/с «Солнышко» г. Усмани

Л.В. Журавлева.

Приказ № 53 от 28.08.2020



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Образовательная область: «Физическое развитие»

Контингент детей: от 3 до 4 лет

Разработал:

Инструктор по ФК: Н.М.Шарапова.

Усмани. 2020г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка
 - Цели и задачи изучения образовательной программы.
 - Перечень нормативных документов.
 - Сведения о программе, на основании которой разработана рабочая программа.
 - Формы организации образовательной деятельности по приобщению детей к национальным, социокультурным традициям и нормам (региональный компонент).
 2. Годовое комплексно-тематическое планирование.
 3. Режим дня (холодный, теплый период).
 4. Расписание.
 5. Сотрудничество с семьей и социальными партнерами.
 6. Список литературы и материально-технического обеспечения.
- Приложение №1.
- Календарно – тематический план. (Приложение).
- Диагностика (Приложение).

1. Пояснительная записка.

Цели: 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.).

Задачи:

1. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.
3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.
4. Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками.
5. Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилок, салфеткой.

Нормативно правовые документы, на основании которых разработана рабочая программа:

1. Федеральный Закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ
2. Постановление от 15 мая 2013г. №26 «Санитарно–эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013г. №1014 «Об утверждении порядка и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам дошкольного образования».
5. Основная образовательная программа дошкольной образовательной организации МБДОУ д/с «Солнышко» г. Усмани.
6. Устав ДОО.
7. Положение о рабочей программе педагогов дошкольной образовательной организации.

Сведения о программе.

Данная программа разработана на основании общеобразовательной программы МБДОУ д/с «Солнышко» г.Усмани; 2018 -2019г.

В рабочей программе использован материал программы « От рождения до школы под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.

Задачи регионального компонента:

1. Воспитывать интерес к истории родного края, к людям, живущим в Усмани, к людям спорта.
2. Пропагандировать здоровый образ жизни, стремление к занятиям физической культурой и спортом.

Формы организации образовательной деятельности по приобщению детей к национальным, социокультурным традициям, нормам.

Месяц	Формы мероприятий.
1 квартал (Сентябрь, октябрь, ноябрь)	1. Прогулка - знакомство со спортивной площадкой ДОУ.
2 квартал (Декабрь, январь, февраль).	1. Спортивный праздник «Курочка- ряба».
3 квартал (Март, апрель. Май).	1. День здоровья – «В городе Здоровячков».

2. Годовое комплексно – тематическое планирование

2-я младшая группа.

Месяц	Темы	Мероприятие
Сентябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Здравствуй, детский сад!» 2. «Игрушки – погремушки». 3. «Осенние листочки». 4. «Месяц полных кладовых». 	«Любимые игрушки – лесные зверюшки».
Октябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Путешествие на поезде». 2. «Курочка - Ряба». 3. «Домашние животные». 4. «Курочка - Хохлатка..». 	«Курочка и цыплята». Вечер спортивных развлечений.
Ноябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Ловкие детишки». 2. «Узнай о себе». 3. «Узнай движение». 4. «Прогулка в лес». 	День Здоровья: «Мой Мишка»..
Декабрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. « Зима в гости к нам пришла». 2. «Мой домашний любимец». 3. «Маленькие мячики». 4. «Цветные кубики». 	Новогодние утренники.
Январь	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Большой шнур». 2. «Кружащиеся снежинки». 3. «Мы мороза не боимся». 4. «Карандаши цветные». 	Игры на воздухе.
Февраль	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Разноцветный обруч». 2. «Как лисичка бычка обидела». 3. «Мой друг мяч». 4. «Стульчики - вертульчики». 	«Масленица» – развлечение.

Март	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Мама, папа, я...» 2. «Маленькие ежата, маленькие ребята». 3. «Репка». 4. «Поездка в Африку». 	«Мамин день» – развлечение.
Апрель	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Мы едем, едем, едем». 2. «Мальчики и девочки». 3. «Мяч в спортивном зале». 4. «Мир вокруг». 	«Шуточная олимпиада» – спортивное развлечение. Подвижные народные игры.
Май	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Солнышко и дождик». 2. «Пробую гимнастом стать». 3. «Познакомимся с гимнастическим матом». 4. «Курочка Ряба и святое яйцо». 	«Да Здравствуют дети на всей планете ! – спортивный праздник.

3. Режим дня (холодный период)

Режимные моменты	Время
Прием детей, самостоятельная деятельность, игры Утренняя гимнастика	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Самостоятельная деятельность, игры	9.00 - 9.20
Образовательная деятельность.	9.20-10.00
Второй завтрак. Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки. Игры	10.00-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10-15.10
Подъем, воздушные процедуры	15.10-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.10
Игры, досуги, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам	16.10-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка Возвращение с прогулки.	16.30-17.30
Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	17.30-18.00

Режим дня (теплый период)

Режимные моменты	Время
Прием детей, самостоятельная деятельность, игры Утренняя гимнастика	7.30-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Игры, подготовка к прогулке, к образовательной деятельности и выход на прогулку	8.30 -9.00
Самостоятельные игры	-
Игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры, образовательная деятельность	9.00-11.10
Возвращение с прогулки, игры	11.10-11.30
Обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Подъем, воздушные процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.45
Игры, досуги, общение по интересам, выбор самостоятельной деятельности в	
Подготовка к прогулке, прогулка Возвращение с прогулки	15.45-17.30
Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	17.30-18.00

4.Расписание

Вторник	Четверг
1. «Лучики» № 4 – 9.25 – 9. 40 2. «Подсолнушки» № 2 – 9.25 – 9. 40	1. «Лучики» № 4 – 9.25 – 9. 40 2. «Подсолнушки» № 2 – 9.25 – 9. 40
Пятница	
1. «Лучики» № 4 – 9.25 – 9. 40 2. «Подсолнушки» № 2 – 9.25 – 9. 40	

5. Сотрудничество с семьей (1) и социальными партнерами (2):

Месяц	Формы сотрудничества
<p>Сентябрь</p> <p>Октябрь</p> <p>Ноябрь</p>	<p>1. Родительское собрание «Гигиена детства»</p> <p>1. Папка-передвижка «Здоровый быт детей в семье»</p> <p>1. Консультация «Утренняя гимнастика с малых лет».</p> <p>1. Папка-передвижка «Здоровье - прежде всего».</p> <p>2. Выступление на педсовете «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми в ДОУ в условиях ФГОС».</p> <p>1. Родительское собрание «Гигиена детства»</p>
<p>Декабрь</p> <p>Январь</p> <p>Февраль</p>	<p>1. Консультация «Организация физического воспитания детей в семье».</p> <p>1. Папка-передвижка «Профилактика детской близорукости».</p> <p>1. Консультация «Роль семьи в воспитании эмоциональной отзывчивости ребенка».</p> <p>1. Папка-передвижка «Ваш ребенок часто болеет ОРВИ... Как быть?».</p> <p>1. Папка-передвижка «Профилактика плоскостопия».</p>
<p>Март</p> <p>Апрель</p> <p>Май</p>	<p>1. Родительское собрание «Закаливание ребенка».</p> <p>2. Консультация для педагогов «Релаксационная гимнастика после сна».</p> <p>1. Папка-передвижка «Больше внимания осанке»</p> <p>1. Папка –передвижка « Утренняя гимнастика»</p> <p>1. Папка-передвижка «Что делать до прихода врача, или первая помощь».</p>

6. Список литературы и материально - техническое обеспечение.

Список литературы	Материально- техническое обеспечение
<p>1. Спортивные праздники в детском саду. Пособие для работников дошкольных учреждений. Аксёнова З.Ф. – М.:ТЦ сфера, 2003 г.</p> <p>2. Оздоровительная работа в дошкольном образовательных учреждениях по программе «Остров здоровья» Александрова Е.Ю 2007 г.</p> <p>3. Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Практическое пособие для старших воспитателей и педагогов ДОУ, родителей гувернеров. Бондоренко Т.М Воронеж.: ИП Лакоценина Н.А.; 2012 г.</p> <p>4.Физическая культура дошкольника младший возраст: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. Злазырина Л.Д. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС: 2001 г.</p> <p>5. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. Е.Н. Борисова.- Издание 2-е, переработанное . –М.. Глобус; Волгоград :Панорама, 2009 г. – 144 с.- (Дошкольное образование).</p> <p>6. Физкультурные занятия с детьми раннего возраста: Третий год жизни: практическое пособие. Литвинова М.Ф. – М.: АЙРИС – ПРЕСС 2005 г.</p> <p>7. Конспекты – сценарий занятий по физической культуре для дошкольников. Муллаева Н.Б. Учеб. – мет. пособие – СПб.: «Детство – пресс», 2006 г.</p> <p>8.Основная общеобразовательная программа дошкольного образования «Детство», под редакцией Т.И.Бабаевой, А.Г.Гогоберидзе, З.А.Михайловой– СПб: 2011г.,</p> <p>9.Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. Л.И. Пензулаева. _М.; Мозаика- Синтез, 2009-2010г.</p> <p>10. Физкультурные занятия в детском саду. Л.И. Пензулаева. Средняя.М.; Мозаика-Синтез, 2009-2010гг.</p> <p>11. Физкультурные занятия в детском саду. Л.И. Пензулаева. Старшая М.; Мозаика-</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Музыкальный центр. 2. Гимнастическая стенка. 3. Сухой бассейн. 4.Гимнастический мат. 5. Гимнастические палки. 6. Мячи большие. 7. Мячи маленькие. 8. Обручи. 9. Дорожки здоровья. 10. Помпоны. 11. Султанчики. 12. Флажки. 13. Ленты для художественной гимнастики. 14. Стойки для прыжков в высоту. 15. Доска ребристая. 16. Щит для метания. 17. Баскетбольное кольцо. 18. Сетка волейбольная. 19. Гимнастические скамейки. 20. Резиновые коврики для прыжков. 21. Кубики. 22. Кегли. 23. Дуги. 24. Мячи набивные. 25. Мячи – прыгуны. 26. Колпачки. 27. Мешочки с песком. 28. « Кочки».

Синтез, 2010 г.

12. Фомина Н.А. Сказочный мир физической культуры. (Физкультурные занятия с дошкольниками в муз. ритме сказок) Фомина Н.А. Учитель, 2004 г.

13. Планы -конспекты НОД с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура». О.Н Моргунова. Воронеж, 2013 г.

14. Образовательная область «Физическая культура» Как работать по программе «Детство»: Т.С. Грядкина. Учебно – методическое пособие, 2012 г.

15. Физическая культура. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-7 лет. Е.А. Мартынова, Н.А. Давыдова, И.Р. Кислюк. Волгоград: учитель 2013 г.

16. Игры и песни с нотами для малышей. Москва. Санкт – Петербург. Нижний Новгород. Воронеж. Ростов – на Дону. Екатеринбург. Самара. Новосибирск. Киев. Харьков. Минск, 2015 г.

Приложение №1.

ОО «Физическое развитие».

Возрастная категория детей: от 3 до 4-х лет.

Инструктор по ФК: Н.М.Шарапова,

Задачи образовательной области:

Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.

3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.

4. Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками.

5. Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой.

Объем образовательной нагрузки

Группы	Часы в неделю	Часы в месяц	Часы в год
Вторая младшая «Лучики»	3	12	109
Вторая младшая «Подсолнушки»	3	12	109

**Перспективно - календарный план
ОО «Физическое развитие»**

Вид деятельности: «Физическая культура» - вторая младшая группа

Месяц	Тема	Цели	Методическое обеспечение
Сентябрь	<p>1. Здравствуй детский сад!»</p> <p>2. Игрушки – погремушки.</p> <p>3. Курочка – Ряба»</p> <p>4. «Прогулка в лес»</p> <p>5. «Повтори за мной».</p>	<p>1. Учить детей ходить и бегать небольшими группами за воспитателем.</p> <p>2. Учить ходить между двумя линиями.</p> <p>3. Учить сохранять равновесие.</p> <p>1. Упражнение выполнять в ходьбе парами за инструктором.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах на месте (подпрыгивание).</p> <p>3. Тренировать носовое дыхание.</p> <p>1. Учить детей ходить и бегать небольшими группами в прямом направлении за воспитателем.</p> <p>2. Подпрыгивать на двух ногах на месте.</p> <p>3. Строиться в круг, два круга.</p> <p>1. Учить детей навыкам метания в даль.</p> <p>2. Прыжки в длину с двух ног.</p> <p>3. Создать у детей радостное настроение о прогулке.</p> <p>1. Упражнять в выполнении основных движений на координационной лестнице.</p> <p>2. Развивать самостоятельность, активность, творчество в движении.</p>	<p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр20.</p> <p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко.стр.20.</p> <p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.21).</p> <p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.50</p> <p>Картотека подвижных игр на координационной лестнице</p>

	6. Пальчиковая игра «Ежик»	1. Содействовать снижению двигательной и эмоциональной расторможенности	Картотека игр с шариком массажером Суджок
Октябрь	1. «Путешествие на поезде» 2. «Осенние листочки» 3. «Доползи до погремушки» 4. «Мой веселый звонкий мяч».	1. Прививать детям навыки владения мячом. 2. Воспитать дружественное отношение во время проведения игры. 3. Прививать любовь к физическим упражнениям через игру, музыку. 1. Учить детей принимать правильное исходное положение, выполняя ОРУ. 2. Развивать реакцию в упражнениях общего развивающего характера. 3. Учить энергично отталкивать мяч двумя руками при катании друг другу. 1. Учить детей ходить и бегать в колонну по одному всей группой. 2. Подлезать под препятствие. 3. Ползание на четвереньках. 4. Подпрыгивание на месте до погремушки. 1. Учить детей выполнять упражнение с мячом под музыку. 2. Создать детям радостное настроение. 3. Прививать любовь к физкультурным занятиям через любимый предмет – мяч.	Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко.(стр.50). Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр. 21). Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.22). Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.52)..

	5. «Вперед спиной»	1. Развивать координацию движений. 2. Развивать умение взаимодействовать в команде.	Картотека подвижных игр на координационной лестнице
	6. «Черепашка»	1. Нормализовать мышечный тонус.	Картотека игр с шариком массажером Суджок
Ноябрь	1. «Цветные кубики».	1. Учить детей ходить и бегать по кругу. 2. Сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади. 3. Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте.	Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.23).
	2. «Репка»	1. Учить ходить между предметами. 2. Продолжать учить детей подпрыгивать на двух ногах, усложняя подскоки с продвижением вперед. 3. Закреплять навыки в ходьбе и беге между предметами.	Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр. 50).
	3. «Маленькие ежата, маленькие ребята».	1. Обучать детей пролезанию в обруч. 2. Обучать детей пролезанию под гимнастической скамейкой. 3. Обучать детей перелезанию и переползанию через гимнастическую скамейку.	Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.24).
	4. «Месяц полных кладовых».	1. Упражнять ходьбе парами за инструктором 2. Прыжки на 2-х ногах на месте чередованием с ходьбой 3. Скатывать мяч с наклонной	Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко.

	<p>5. «Посадка картошки»</p> <p>6. «Шла медведица с просонок»</p>	<p>доски.</p> <p>1. Развивать координацию движений, быстроты.</p> <p>1. Развивать внимание. 2. Нормализовать мышечный тонус.</p>	<p>(стр.25).</p> <p>Картотека подвижных игр на координационной лестнице Картотека игр с шариком массажером Суджок</p>
--	---	--	---

Декабрь	1. «Зима в гости к нам пришла».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закрепить метание вдаль. 2. Познакомить с новой игрой 3. Воспитать дружеские отношения во время игр. 	<p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.53.)</p>
	2. «Мой домашний любимец».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закреплять умение ходить и бегать по кругу. 2. Закреплять энергичное отталкивание мяча при прокатывании друг к другу. 3. Упражнять в ползании на четвереньках. 	<p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.24)</p>
	3. «Маленькие мячики».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ознакомить детей со свойствами маленького резинового мячика. 2. Учить манипулировать мячом. 3. Формировать у детей интерес к занятиям с мячом. 	<p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.52).</p>
	4. «Ловкие детишки».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей останавливаться во время ходьбы и бега по сигналу воспитателя. 2. Подлезать под шнур. 3. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади. 	<p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.26).</p>
	5. «Передай мяч»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать координацию движений. 2. Развивать умение взаимодействовать в команде. 	<p>Картотека подвижных игр на координационной лестнице</p>
	6. «На поляне, на лужайке»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствовать навыки пространственной ориентации, внимания. 	<p>Картотека игр с шариком массажером Суджок</p>

<p>Январь</p>	<p>1. «Большой шнур».</p> <p>2. «Кружащиеся снежинки».</p> <p>3. «Карандаши цветные».</p>	<p>1. Развивать у детей координационную способность.</p> <p>2. Закреплять сохранять равновесие на низкой опоре.</p> <p>3. Упражнять с целью профилактики плоскостопия.</p> <p>1. Учить детей дыхательным упражнениям.</p> <p>2. Развивать умение ориентироваться в обстановке.</p> <p>3. Учить выполнять упражнения в перекачивании по полу.</p> <p>1.Формировать познавательные отношения к предметам.</p> <p>2.Формировать умение манипулировать предметами.</p> <p>3.Развивать творческое воображение в действиях с предметами.</p> <p>1.Развивать быстроту, координацию движений, внимание, ориентацию в пространстве.</p>	<p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр. 27).</p> <p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр. 28).</p> <p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр. 29).</p> <p>Картотека подвижных игр на координационной лестнице.</p>
<p>Февраль</p>	<p>5. «Мальчик-Пальчик»</p> <p>1. «Разноцветный обруч»</p>	<p>1. Нормализовать мышечный тонус.</p> <p>2. Развивать память.</p> <p>1. Упражнять в ходьбе по одному, выполняя задания по указанию. 2.Упражнять в прыжках из обруча в обруч.</p> <p>3. Упражнять в прокатывании мяча друг другу.</p> <p>1. Учить детей подтягиванию лежа на животе на</p>	<p>Картотека игр с шариком массажером Суджок</p> <p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр. 30).</p>

	<p>2. « Как лисичка бычка обидела».</p>	<p>гимнастической скамейке.</p> <p>2. Формировать у детей умение ходить по толстому шнуру приставным шагом.</p> <p>3. Развивать координационные способности при выполнении физических упражнений со стульями.</p>	<p>Физкультура для малышей.Е.А.стр.21.</p>
	<p>3. «Курочка хохлатка».</p> <p>4. «Стульчики-вертульчики».</p> <p>5. «Холодно-горячо»</p>	<p>Упражнять в ходьбе по одному, выполняя задания по указанию.</p> <p>2.Упражнять в прыжках из обруча в обруч.</p> <p>3. Развивать координационные способности при выполнении физических упражнений со стульями.</p> <p>1.Формировать познавательные отношения к предметам.</p> <p>2.Формировать умение манипулировать предметами.</p> <p>3.Развивать творческое воображение в действиях с предметами.</p> <p>1.Закреплять навыки выполнения движений в соответствии с сигналами ведущего.</p>	<p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.30).</p> <p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр31).</p> <p>Картотека подвижных игр на координационной лестнице.</p> <p>Картотека игр с шариком</p>

	6. «Ежик»	1.Развивать внимание, память	массажером Суджок.
Март	1. «Мяч в спортивном зале»	1.Побуждать детей к упражнениям с большим мячом. 2.При выполнении упражнений с мячом создавать ситуации, направленные на взаимопомощь друг другу. 3. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу через скамейку.	Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.32).
	2. «Узнай о себе»	1. Дать детям информацию об отдельных частях тела и их функциях. 2. Поощрять к движениям, действиям, направленным на совершение движения руками, головой, ногами. 3.Учить детей следить за осанкой.	Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.32).
	3. «Узнай движение»	1. Учить детей называть движения, которые показывает инструктор выполнять самостоятельно. 2. Развивать быстроту реакции на движущиеся объекты. 3. Помогать развитию моторной памяти.	Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.33).
		1. Через игровые элементы и	Физкультурно –

	<p>4. «Поездка в Африку»</p> <p>5. «Найди свой кубик»</p> <p>6. «Капуста»</p>	<p>игру обучать и закреплять основные движения и ходьбу.</p> <p>2. Познакомить детей с эстафетами.</p> <p>3. Воспитать в детях соревновательный дух.</p> <p>1. Развивать координацию движений, внимания, ориентировку в пространстве.</p> <p>1. Нормализовать мышечный тонус.</p>	<p>оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр. 53).</p> <p>Картотека подвижных игр на координационной лестнице.</p> <p>Картотека игр с шариком массажером Суджок.</p>
Апрель	<p>1. «Мы едим-едим-едим...»</p> <p>2. «Мальчики и девочки».</p> <p>3. «Мяч в спортивном зале»</p> <p>4. «Мир вокруг».</p>	<p>1. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному.</p> <p>2. Упражнять в ловле мяча.</p> <p>3. Ползать на четвереньках.</p> <p>1. Ходить и бегать в рассыпную.</p> <p>2. Упражнять в прокате мяча друг другу.</p> <p>3. Упражнять в подлезании под дугу.</p> <p>1. Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу.</p> <p>2. Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.</p> <p>3. Упражнять в прыжках в длину с места.</p> <p>1. Упражнять в ходьбе в колонне по одному.</p>	<p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр. 34).</p> <p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр. 35)</p> <p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр. 36).</p> <p>Физкультурно – оздоровительная</p>

Май	5. «Кто скорее до флажка»	<p>2. Упражнять в беге враспынную.</p> <p>3. Упражнять в бросании мяча о пол.</p> <p>1. Закрепить навыки выполнения движений, развивать координацию движений.</p>	<p>работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр. 37).</p> <p>Картотека подвижных игр на координационной лестнице.</p>
	6. «Игрушки»	<p>1. Содействовать снижению двигательной и эмоциональной расторможенности.</p>	<p>Картотека игр с шариком массажером Суджок.</p>
	1. « В гостях у зайца»	<p>1. Закреплять ранее полученные навыки в играх.</p> <p>2. Воспитать любовь и интерес к занятиям физической культурой.</p> <p>3. Упражнять перепрыгивать через ручеек.</p>	<p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.38).</p>
	2. « Пробую чемпионом стать»	<p>1. Развивать у детей интерес к спортивным состязаниям.</p> <p>2. Формировать стремление добиться цели.</p> <p>3. Учить детей сосредоточиться перед заданием.</p>	<p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр</p>
	3. «Познакомьтесь с гимнастическим матом».	<p>1. Ознакомить с необходимостью использования гимнастического мата при выполнении физических упражнений. 2. Вызвать интерес к выполнению упражнений с начальными элементами акробатики.</p> <p>3. Упражнять в перекатах с живот на спину.</p>	<p>Физкультурно – оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр</p> <p>Физкультурно –</p>

	4. «Курочка Ряба и святое яйцо»	1. Познакомить детей с праздником «Пасхи».	оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ. Т. М. Бондаренко. (стр.57).
	5. «Не ошибись»	2. Развивать умение общаться с животным миром. 3. Учить двигательным умениям и навыкам в прыжках, равновесии	
	6. «Семья»	1. Закреплять навыки выполнения движений в соответствии с сигналами ведущего. 1. Совершенствовать навыки пространственной ориентации, развивать память, внимание	Картотека подвижных игр на координационной лестнице. Картотека игр с шариком массажером Суджок.

Требования к результатам освоения образовательной программы

Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.

При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.

Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.

Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.

С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату.

С интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания.

