

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №36 комбинированного вида  
Кировского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО  
Решением Педагогического  
совета  
Протокол № 2  
от 15.05.2022г.

УТВЕРЖДЕНО  
Приказ № 75  
от 15.05.2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по реализации  
Основной образовательной программы дошкольного образования

Возраст детей: 2 - 3 года (1 младшая группа)  
Направленность группы: общеобразовательная  
Срок реализации программы: 2022-2023 год

Авторы: Немешева Л.Е,  
Кишкина Е.А.  
инструктора по физической  
культуре

Санкт-Петербург  
2022г.

## Оглавление

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель программы:.....	3
1.3. Принципы построения программы по ФГОС.....	4
1.4. Значимые характеристики особенностей развития детей группы.....	5
1.5. Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей.....	7
1.6. Планируемые результаты освоения Программы.....	9
1.7. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе.....	9
2. Содержательный раздел.....	10
2.1. Формы, способы, методы и средства реализации программы.....	10
2.2. Сетка совместной образовательной деятельности и культурных практик в режимных моментах.....	12
2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы.....	14
2.4. Календарно-тематическое планирование.....	15
2.5. Учебный план.....	17
2.6. План работы с родителями.....	17
2.7. Особенности организации образовательного процесса.....	18
2.8. Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности.....	21
2.9. Дистанционная работа.....	23
3. Организационный раздел.....	24
3.1. Предметно – пространственная среда.....	24
3.2. Режим дня.....	25
3.3. Сетки непрерывной образовательной деятельности по корпусам.....	26
3.4. Система физкультурной и оздоровительной работы.....	29
3.5. Перечень литературы и методических материалов.....	30

Приложение

## **1.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.**

### **1.1.Пояснительная записка.**

Рабочая программа по развитию детей младшей группы разработана в соответствии с Положением о рабочей программе педагога и на основе Основной образовательной программы детского сада № 36.

Рабочая программа по развитию детей младшей группы обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 2 до 3 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям ФГОС ДО - физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому и художественно – эстетическому.

### **1.2.Цель программы:**

Создать каждому ребенку в детском саду возможность для развития способностей, широкого взаимодействия с миром, активного практикования в разных видах деятельности, творческой самореализации. Программа направлена на развитие самостоятельности, познавательной и коммуникативной активности, социальной уверенности и ценностных ориентаций, определяющих поведение, деятельность и отношение ребенка к миру.

#### **Приоритетными задачами развития и воспитания детей являются:**

- укрепление физического и психического здоровья ребенка, формирование основ его двигательной и гигиенической культуры;
- целостное развитие ребенка как субъекта посильных дошкольнику видов деятельности;
- обогащенное развитие ребенка, обеспечивающее единый процесс социализации, индивидуализации с учетом детских потребностей, возможностей и способностей;
- развитие на основе разного образовательного содержания эмоциональной отзывчивости, способности к сопереживанию, готовности к проявлению гуманного отношения в детской деятельности, поведении, поступках;
- развитие познавательной активности, любознательности, стремления к самостоятельному познанию и размышлению, развитие умственных способностей и речи ребенка;
- пробуждение творческой активности и воображения ребенка, желания включаться в творческую деятельность;
- органичное вхождение ребенка в современный мир, разнообразное взаимодействие дошкольников с различными сферами культуры: с изобразительным искусством и музыкой, детской литературой и родным языком, экологией, математикой, игрой;
- приобщение ребенка к культуре своей страны и воспитание уважения к другим народам и культурам;
- приобщение ребенка к красоте, добру, ненасилию, ибо важно

### **1.3. Принципы построения программы по ФГОС.**

- Принцип полноценного проживания ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития.
- Принцип построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом дошкольного образования.
- Принцип содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
- Принцип поддержки инициативы детей в различных видах деятельности.
- Принцип сотрудничества с семьей.
- Принцип приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
- Принцип формирования познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности.
- Принцип возрастной адекватности дошкольного образования (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).
- Принцип учета этнокультурной ситуации развития детей. Каковы научные основы и базовые идеи.

Рабочая программа, инструктора по физической культуре, разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию различных видов деятельности в ДОУ, возрастных особенностей детей.

Природа наделила детей врожденным стремлением к движению. Потребность в двигательной активности детей настолько велика, что педагоги называют дошкольный возраст «возрастом двигательной активности».

В процессе обучения дошкольников физической культуре в дошкольном образовательном учреждении происходит повышение функциональных возможностей детского организма, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные навыки.

Рабочая программа показывает, как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей физического развития детей дошкольного возраста педагог создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с ФГОС.

#### **Возрастной подход.**

Возрастной подход к развитию психики ребенка учитывает, что психическое развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста.

#### **Личностный подход.**

Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая

ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.

Исходя из положения, что в основе развития лежит прежде всего эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Идея о поступательном развитии ребенка главным образом за счет его личностного развития принципиально противоположна господствующим в современной педагогике идеям о приоритете интеллектуального развития

*Принцип научности* предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

*Принцип развивающего обучения* от детей требуется приложении 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.

#### ***1.4. Значимые характеристики особенностей развития детей группы.***

На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее. Продолжают развиваться предметная деятельность, деловое сотрудничество ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление, в конце года появляются основы наглядно-образного мышления.

Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Совершенствуются соотносящие и орудийные действия.

Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта для подражания, но и **образца, регулирующего собственную активность ребенка.**

В ходе совместной с взрослыми предметной деятельности **продолжает развиваться понимание речи.** Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов,

учатся выполнять словесные просьбы взрослых, ориентируясь в пределах ближайшего окружения.

Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который **начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых.**

Интенсивно развивается активная речь детей. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить сложные и сложноподчиненные предложения, в разговоре с взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1500 - 2500 слов.

К концу третьего года жизни **речь становится средством общения ребенка со сверстниками.** В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование.

Игра носит процессуальный характер, главное в ней - действия, которые совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. **В середине третьего года жизни широко используются действия с предметами-заместителями.**

Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже **способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет.** Типичным является изображение человека в виде «головонога» - окружности и отходящих от нее линий.

На третьем году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий:

осуществлять выбор из 2-3 предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь.

**Совершенствуется слуховое восприятие,** прежде всего **фонематический слух.** К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления является наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами.

К концу третьего года жизни у детей появляются зачатки наглядно-образного мышления. Ребенок в ходе предметно-игровой деятельности ставит перед собой цель, намечает план действия и т. п.

Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период **начинает складываться и произвольность поведения.** Она обусловлена развитием орудийных действий и речи. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом трех лет. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения с взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

### **Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта**

<b>1 младшая группа</b>
<p>Формировать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. Развивать движения в ходе обучения разнообразным формам двигательной активности. Закреплять навыки ползания, лазанья, разнообразные действия с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Развивать умение прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.</p>

### **Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании**

<b>1 младшая группа</b>
<p>Воспитывать желание выполнять физические упражнения на прогулке. Развивать стремление играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Развивать умение играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений (ходьба, бег, бросание, катание). Формировать выразительность движений, умение передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т.п.).</p>

### **1.5. Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей**

**Младенчество и ранний возраст.** Период раннего детства имеет ряд качественных физиологических и психических особенностей, которые требуют создания специальных условий для развития детей этого возраста.

Помимо того что период раннего детства - один из самых насыщенных в познавательном аспекте из всех возрастных периодов, в настоящее время наблюдается заметная акселерация развития, которая отражается на результатах развития детей раннего возраста. Многие дети имеют более высокие показатели уже к моменту рождения, раньше начинаются процессы прорезывания зубов, хождения, говорения. Опережающим отмечается и социальное развитие, значительно раньше отмечается кризис трех лет.

Повышенная ранимость организма ребенка, недостаточная морфологическая и функциональная зрелость органов и систем (быстрый темп развития осуществляется на весьма неблагоприятном фоне - при незрелости психофизиологических функций организма, а это повышает ранимость). Малыши в большей степени подвержены заболеваниям из-за несовершенства деятельности внутренних органов, высокого уровня утомляемости, им трудно переключиться с одной деятельности на другую,

соответственно, доминантой становится процесс возбуждения и как следствие - неустойчивое эмоциональное состояние.

Взаимосвязь физического и психического развития - это общая закономерность, присущая любому возрасту, но в раннем детстве она проявляется особенно ярко, потому что в этот период происходит становление всех функций организма.

Именно в раннем детстве учеными отмечается наиболее прочная связь и зависимость умственного и социального развития от физического состояния и настроения ребенка (например: ухудшение здоровья отражается на отношении к окружающему; снижается восприимчивость, притупляется ориентировочная реакция, дети теряют приобретенные умения: речевые, двигательные, социальные). Яркая специфика психофизиологических и индивидуальных различий (особенно в раннем возрасте важно учитывать индивидуальные, психофизиологические различия - уровень активности, регулярность биоритмов, степень комфортности при адаптации любого вида; настроение, интенсивность реакций, порог чувствительности, отвлекаемость, упорство и внимание).

Этому возрасту свойственно удовлетворение ребенком естественных психофизиологических потребностей:

- сенсомоторной потребности;
- потребности в эмоциональном контакте;
- потребности во взаимодействии и общении со взрослыми (контактное общение в 2 - 3 месяца; познавательное общение в 3 - 10 месяцев; вербально-невербальное общение в 10 месяцев - 1,5 года; игровое и деловое общение в 1,5 - 3 года).

Специфичностью проявления нервных процессов у ребенка являются:

- легкость выработки условных рефлексов, но при этом же - сложность их изменения;
- повышенная эмоциональная возбудимость;
- сложность переключения процессов возбуждения и торможения;
- повышенная эмоциональная утомляемость.

Развитие детей раннего возраста имеет свою неповторимую специфику, что выражается в тесной взаимосвязи физиологических и психологических компонентов.

**На третьем году жизни** ребенок вырастает в среднем на 7 - 8 см, прибавка в весе составляет 2 - 2,5 кг. Дети активно овладевают разнообразными движениями. Растущие двигательные возможности позволяют детям более активно знакомиться с окружающим миром, познавать свойства и качества предметов, осваивать новые способы действий, но при этом малыши еще не способны постоянно контролировать свои движения. Поэтому воспитателю необходимо проявлять повышенное внимание к действиям детей, оберегать их от неосторожных движений, приучать к безопасному поведению в среде сверстников.

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

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



На третьем году жизни заметно возрастает речевая активность детей, они начинают проявлять живой интерес к слову. Это обнаруживается в детских высказываниях и вопросах, а также в игре словами. Малыши изменяют слова, придумывают новые, которых нет в речи взрослых; идет быстрое освоение грамматических форм.

Под влиянием общения со взрослыми, речевых игр и упражнений к трем годам ребенок начинает успешно использовать простые и распространенные предложения, воспроизводить небольшие стишки и потешки, отвечать на вопросы. Своевременное развитие речи имеет огромное значение для умственного и социального развития дошкольников.

Общение детей с воспитателем постоянно обогащается и развивается. Это и эмоциональное общение (обмен положительными эмоциями), и деловое, сопровождающее совместную деятельность взрослого и ребенка, а кроме того, познавательное общение. Дети могут спокойно, не мешая друг другу, играть рядом, объединяться в игре с общей игрушкой, развивать несложный игровой сюжет из нескольких взаимосвязанных по смыслу эпизодов, выполнять вместе простые поручения.

### ***1.6. Планируемые результаты освоения Программы***

#### **К трем годам:**

- ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;

- использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;

- владеет активной и пассивной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия окружающих предметов и игрушек;

- стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого;

- проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;

- обладает интересом к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинки, стремится двигаться под музыку; проявляет эмоциональный отклик на различные произведения культуры и искусства;

- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазание, перешагивание и пр.).

### ***1.7. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе***

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений (далее - педагогическая диагностика развития ребенка). Это профессиональный инструмент педагога, цель которого получение обратной связи от собственных педагогических действий и планирования дальнейшей индивидуальной работы с детьми по Программе. Педагогическая диагностика основана на методе наблюдения и включает:

- педагогические наблюдения, педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;

- детские портфолио, фиксирующие достижения ребенка в ходе образовательной деятельности.

Для проведения педагогической диагностики для каждой возрастной группы используется пособие Верещагиной Н.В. («Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 2-3 лет в группе детского сада», («Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 2-3 лет в группе детского сада», («Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 3-4 лет в группе детского сада», («Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 4-5 лет в группе детского сада», («Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 5-6 лет в группе детского сада», («Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 6-7 лет в группе детского сада»). Используются общепринятые критерии развития детей каждой возрастной группы и уровневый подход к оценке достижений ребенка по принципу: чем ниже балл/уровень, тем больше проблем в развитии ребенка или организации педагогического процесса в группе детей. Система педагогической диагностики содержит 5 образовательных областей, соответствующих Федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования: «Социально-коммуникативное развитие», «познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие», что позволяет комплексно оценить качество образовательной деятельности в группе общеобразовательной, компенсирующей направленности и при необходимости индивидуализировать его для достижения достаточного уровня освоения каждым ребенком содержания ООПДО.

Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год, в октябре и апреле. Подробное описание технологии работы с таблицами имеется в альбомах Верещагиной Н.В., которые в свою очередь находятся в каждой возрастной группе ДОУ.

## **2. Содержательный раздел.**

### ***2.1. Формы, способы, методы и средства реализации программы.***

**При работе используются следующие методы и приемы обучения:**

- *Наглядные:*
- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);
- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);
  
- *Словесные:*
- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.
- слушание музыкальных произведений;
  
- *Практические:*
- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;

- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

### **Наряду с методами значительное внимание отводится средствам физического воспитания.**

К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

- *Гигиенические факторы* (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
- *Естественные силы природы* (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;
- *Физические упражнения*, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - **форм организации** физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

### **Таковыми организованными формами работы являются:**

- разные виды занятий по физической культуре:
  1. традиционная
  2. тренировочная
  3. игровая
  4. сюжетно-игровая
  5. с использованием тренажеров
  6. по интересам на выбор детей
- физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня; активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей. Поэтому, кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, каждое ДООУ составляет модель двигательного

режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную.

Оценка эффективности организации двигательного режима и всех форм оздоровительно – воспитательной деятельности в детском саду, направленной на физическое образование его воспитанников, оценивается с помощью следующих критериев:

- Все физкультурные мероприятия (двигательный режим) должны составлять 50 – 60 % периода бодрствования.
- Разученные движения для закрепления и совершенствования переносятся в повседневные формы работы: утренняя гимнастика, подвижные игры и гимнастика пробуждения с закаливающими процедурами, физкультминутки, динамический час, занятия по интересам.
- Физические досуги и праздники повышают интерес к физическим упражнениям. При этом используется соревновательный метод, который является средством повышения двигательной активности.
- Самостоятельная двигательная деятельность является критерием, определяющим степени овладения двигательными умениями. Если дети легко, свободно и творчески используют движения, значит, они в полной мере освоили их в организованных формах работы.
- С детьми, отстающими в двигательном развитии необходимо систематически проводить коррекционную, дифференцированную и индивидуальную работу.
- Вся физкультурно-оздоровительная работа проводится в тесном единстве с семьей.

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

## **2.2. Сетка совместной образовательной деятельности и культурных практик в режимных моментах.**

### **Модель организации образовательного процесса**

Конкретное содержание указанных образовательных областей зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами Программы и реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности.

### **Виды детской деятельности в соответствии с ФГОС ДО**

<b>Физическое развитие</b>	двигательная, игровая, продуктивная, коммуникативная, трудовая, познавательно-исследовательская, музыкально-художественная	подвижные игры, игровые упражнения, спортивные игры и упражнения, двигательная активность на прогулке, физкультурные занятия, утренняя гимнастика, физкультминутки, упражнения на развитие мелкой моторики, дидактические игры, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, беседы, игровые проблемные ситуации, викторины, игры-имитации, физкультурные досуги и праздники, эстафеты, соревнования, дни здоровья, экскурсии, реализация проектов.
----------------------------	--	--

**Соотношение видов детской деятельности и форм образовательной деятельности.  
Двигательная деятельность.**

<b>Формы образовательной деятельности</b>		
<b>Непрерывная образовательная деятельность</b>	<b>Режимные моменты</b>	<b>Самостоятельная деятельность детей</b>
Игровая беседа с элементами движений, Утренняя гимнастика, Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера, Игра, Контрольно-диагностическая деятельность, Экспериментирование, Физкультурное занятие, Спортивные и физкультурные досуги, Проектная деятельность.	Игровая беседа с элементами движений, Утренняя гимнастика, Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера, Игра, Контрольно-диагностическая деятельность, Экспериментирование, Физкультурное занятие, Спортивные и физкультурные досуги, Проектная деятельность.	Во всех видах самостоятельной деятельности детей , Двигательная активность в течение дня, Игра, Утренняя гимнастика, Самостоятельные спортивные игры и упражнения.

Образовательные задачи решаются через различные **формы организации образовательного процесса детей:**

- организованно – образовательную деятельность;
- в совместной деятельности детей с педагогом в ходе режимных моментов;
- в самостоятельной деятельности детей;
- в совместной деятельности с семьей.

Совместная деятельность взрослого и детей – основная модель организации образовательного процесса детей дошкольного возраста. Это деятельность двух и более участников образовательного процесса (взрослых и воспитанников) по решению образовательных задач на одном пространстве и в одно и то же время. Она предполагает индивидуальную, подгрупповую, фронтальную формы организации работы с воспитанниками.

Совместная деятельность взрослого с ребенком, это, прежде всего деятельность, в ходе которой налаживается эмоциональный контакт и деловое сотрудничество.

В образовательном процессе используется метод проектов, как способ организации педагогического процесса, основанного на принципах интеграции, на взаимодействии педагогов, воспитанников и родителей, способа взаимодействия с окружающей средой, поэтапной практической деятельности по достижению поставленной цели.

Метод проектов актуален и очень эффективен. Он дает ребенку возможность экспериментировать, синтезировать полученные знания, развивать творческие

способности и коммуникативные навыки, что позволяет ему успешно адаптироваться в изменившейся ситуации школьного обучения.

Под проектом мы подразумеваем многоэтапное, продленное по времени действие, в котором участвуют и родители, и дети, и узкие специалисты сада (музыкальный руководитель, учитель – логопед, инструктор по физической культуре), которые с различных сторон занимаются погружением в тему.

### **2.3 Способы и направления поддержки детской инициативы**

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность играть, рисовать, конструировать, сочинять и пр. в соответствии с собственными интересами является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка в детском саду.

В развитии детской инициативы и самостоятельности воспитателю важно соблюдать ряд общих требований:

- развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремлению к получению новых знаний и умений;
- создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;
- постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно. Постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;
- тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
- ориентировать дошкольников на получение хорошего результата;
- «дозировать» помощь детям (если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае);
- поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

### **Младшая группа**

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

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

Младшие дошкольники – это в первую очередь «деятели», а не наблюдатели. Опыт активной разнообразной деятельности составляет важнейшие условия их развития. Поэтому

пребывание ребенка в детском саду организуется так, чтобы он получил возможность участвовать в разнообразных делах: играх, двигательных упражнениях, в действиях по обследованию свойств и качеств предметов и их использованию, в рисовании, лепке, речевом общении, в творчестве.

#### **2.4.Каленарно-тематическое планирование.**

Месяц	Неделя	Дата	Тема
Сентябрь	1	01.09.2022-02.09.2022	«Здравствуй, детский сад»
	2	05.09.2022-09.09.2022	«Осень»
	3	12.09.2022-16.09.2022	«Осень. Овощи»
	4	19.09.2022-23.09.2022	«Осень. Фрукты»
	5	26.09.2022-30.09.2022	«Осень. Фрукты»
Октябрь	1	03.10.2022-07.10.2022	«Домашняя птица»
	2	10.10.2022-14.10.2022	«Пернатые друзья»
	3	17.10.2022-21.10.2022	«Транспорт»
	4	24.10.2022-28.10.2022	«Мой дом, мой город»
Ноябрь	1	31.10.2022-04.11.2022	«Дружба»
	2	07.11.2022-11.11.2022	«Я и моя семья»
	3	14.11.2022-18.11.2022	«Домашние животные»
	4	21.11.2022-25.11.2022	«Дикие животные»
Декабрь	1	28.11.2022-02.12.2022	«Здоровей-ка»
	2	05.12.2022-09.12.2022	«Здравствуй, зимушка-зима!»
	3	12.12.2022-16.12.2022	«Зимние забавы»
	4	19.12.2022-23.12.2022	«Новогодний праздник»
	5	26.12.2022-30.12.2022	«Новогодний праздник»
Январь	1	01.01.2023-13.01.2023	«Рождественские каникулы»
	2	16.01.2023-20.01.2023	«В гостях у сказки»
	3	23.01.2023-27.01.2023	«Человек и мир вещей. Одежда»
Февраль	1	30.01.2023-03.02.2023	«Человек и мир вещей. Мебель»
	2	06.02.2023-10.02.2023	«Народная культура и традиции»
	3	13.02.2023-17.02.2023	«Наши защитники»
	4	20.02.2023-24.02.2023	«Прощание с зимой»

<b>Март</b>	1	27.02.2023-03.03.2023	«Мамин праздник»
	2	06.03.2023-10.03.2023	«Этикет»
	3	13.03.2023-17.03.2023	«Азбука пожарной безопасности»
	4	20.03.2023-24.03.2023	«Азбука пожарной безопасности»
	5	27.03.2023-31.03.2023	«День смеха»
<b>Апрель</b>	1	03.04.2023-07.04.2023	«К нам весна шагает»
	2	10.04.2023-14.04.2023	«День космонавтики»
	3	17.04.2023-21.04.2023	«Встречаем птиц»
	4	24.04.2023-28.04.2023	«Чистая планета»
<b>Май</b>	1	03.05.2023-05.05.2023	«День Победы»
	2	10.05.2023-12.05.2023	«Цветы»
	3	15.05.2023-19.05.2023	«Дорожная азбука»
	4	22.05.2023-31.05.2023	«Вот какие мы стали большие»
<b>Июнь</b>	1	01.06.2023-02.06.2023	«Детство – это я и ты»
	2	05.06.2023-09.06.2023	«Россия – родина моя»
	3	13.06.2023-16.06.2023	«Про лучшего друга»
	4	19.06.2023-23.06.2023	«Правила дорожные знать каждому положено» Зеленый огонек.
	5	26.06.2023-30.06.2023	«Бумажные кораблики»
<b>Июль</b>	1	03.07.2023-07.07.2023	«Ладшки на асфальте»
	2	10.07.2023-14.07.2023	«Семейный альбом»
	3	17.07.2023-21.07.2023	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»
	4	24.07.2023-28.07.2023	«Бюро находок»
	5	31.07.2023-04.08.2023	«По лесным тропинкам.»
<b>Август</b>	1	31.07.2023-04.08.2023	«По лесным тропинкам.»
	2	07.08.2023-11.08.2023	«Наблюдения за облаками»
	3	14.08.2023-18.08.2023	«Убирая мусор, бережем природу»
	4	21.08.2023-25.08.2023	«До свиданья, лето!»



## 2.5 Учебный план.

№	Образовательные ситуации и занятия в неделю	Время одного занятия	Количество занятий и время в неделю		Количество занятий и время в год	
1.	Двигательная деятельность	10 мин	3	30мин	153	1530 мин

## 2.6. План работы с родителями

### Взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями.

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

### Взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников.

Познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.

Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

Знакомить родителей с факторами укрепления здоровья детей, обращая особое внимание на их значимость в период адаптации ребенка к детскому саду. Особенно важно вызвать у родителей младших дошкольников интерес к вопросам здоровья ребенка, желание укреплять его не только медицинскими средствами, но и с помощью правильной организации режима, питания, совместных с родителями физических упражнений (зарядки, подвижных игр), прогулок. В ходе бесед «Почему ребенок плохо адаптируется в детском саду?», «Как уберечь ребенка от простуды?» инструктор совместно с воспитателем подводит родителей к пониманию того, что основным фактором сохранения здоровья ребенка становится здоровый образ жизни его семьи.

Инструктор стремится активно включать родителей в совместную деятельность с их детьми - подвижные игры, прогулки, в конце года совместные занятия по физическому развитию. Очень важно помочь родителям получать удовольствие от совместных игр, общения со своим ребенком.

Таким образом, в ходе организации взаимодействия с родителями младших дошкольников инструктор по физической культуре стремится развивать их интерес к проявлениям своего ребенка, желание познать свои возможности как родителей, включиться в активное сотрудничество с педагогами группы по развитию ребенка.

## План взаимодействия с родителями

Месяц	Содержание
Сентябрь 2022г., Апрель 2023г.	Встреча с родителями «Дорога без опасности»
Декабрь 2022г.	Новогодние встречи
Февраль, Март 2023г.	Мастер-классы, открытые показы
Январь, Февраль, Апрель 2023г.	Консультации
В теч. всего учебного года	Совместные образовательные проекты

### 2.7. Особенности организации образовательного процесса.

Содержание программы обеспечивает полноценное развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности, представленными в пяти образовательных областях:

- социально-коммуникативное развитие,
- познавательное развитие,
- речевое развитие,
- художественно-эстетическое развитие,
- физическое развитие

**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 наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; познавательно-исследовательской - формирование начальных представлений о некоторых видах спорта; игровой - овладение подвижными играми с правилами; а так же становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

### Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 2-3 лет

Третий год жизни – важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Всё это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию.

Основной задачей обучения является формирование умения действовать совместно – на основе подражания воспитателю или в соответствии с его указаниями. В этой группе проводятся три занятия в неделю. Обучая детей движениям, воспитатель показывает и объясняет их, а дети, подражая ему, выполняют. Упражнения проводятся в основном в игровой форме.

В первой младшей группе детей строят в колонну по одному, в шеренгу, в круг, врассыпную – сначала подгруппами, потом всей группой. Построение происходит с помощью воспитателя по зрительным ориентирам.

Общеразвивающие упражнения дети могут выполнять стоя врассыпную или в кругу.

Особенностью формирования у детей двигательных навыков на данном возрастном этапе является многократное повторение одних и тех же движений.

## **1. Основные движения**

**Ходьба.** Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег, и наоборот, с изменением направления, врассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны.

**Упражнения в равновесии.** Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10-15 см); по доске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20-25 см). Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).

**Бег.** Бег подгруппами и всей группой в прямом направлении, друг за другом, в колонне по одному, в медленном темпе в течение 30 - 40 секунд (непрерывно), с изменением темпа. Бег между двумя шнурами, линиями (расстояние между ними 25 - 30 см).

**Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3 - 4 м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту 20-30 см; по гимнастической скамейке. Подлезание под ворота, веревку (высота 30 - 40 см), перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом.

**Катание, бросание, метание.** Катание мяча двумя руками и одной рукой педагогу, друг другу, под дугу, стоя и сидя (расстояние 50 - 100 см); бросание мяча вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1 - 1,5 м, через сетку, натянутую на уровне роста ребенка. Метание мячей, набивных мешочков, шишек на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель - двумя руками, правой (левой) рукой с расстояния 1 м. Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 50 - 100 см.

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через шнур (линию); через две параллельные линии (10 - 30 см). Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10 - 15 см выше поднятой руки ребенка.

## **2. Общеразвивающие упражнения**

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать руки вперед, вверх, в стороны; скрещивать их перед грудью и разводить в стороны. Отводить руки назад, за спину; сгибать и разгибать их. Хлопать руками перед

собой, над головой, размахивать вперед-назад, вниз-вверх.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Поворачиваться вправо-влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему). Наклоняться вперед и в стороны. Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу. Поднимать и опускать ноги, лежа на спине. Стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Ходить на месте. Сгибать левую (правую) ноги в колене (с поддержкой) из исходного положения стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку шевелить пальцами ног (сидя).

### 3. Подвижные игры

С ходьбой и бегом. «Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмет».

С ползанием. «Доползи до погремушки», «Проползи в воротца», «Не переползай линию!», «Обезьянки».

С бросанием и ловлей мяча. «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!».

С подпрыгиванием. «Мой веселый, звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».

На ориентировку в пространстве. «Где звенит?», «Найди флажок».

Движение под музыку и пение. «Поезд», «Зайка», «Флажок».

### Интеграция образовательных областей

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

**Социально-коммуникативное развитие.** 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. 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.

**Познавательное развитие.** Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

**Речевое развитие.** Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

**Художественно-эстетическое развитие.** Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей,

научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

## 2.8. Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности.

№ п/п	Наименование дисциплин, входящих в заявленную образовательную программу	Количество обучающихся, изучающих данную дисциплину	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной литературы, вид и характеристика иных ресурсов (видео, аудио, программное обеспечение и т.п.)	Количество
1	2	3	4	5
	<b>Нормативные документы</b>			
1			Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 03.07.2016, с изм. от 19.12.2016) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2017)	
2			Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"	
3			Санитарные правила и нормы	
3			Бабаева Т. И., Гогоберидзе А. Г., Солнцева О. В. «Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования» — СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014	
	<b>ОО Социально – коммуникативное развитие</b>			
1			Чермашенцева О.В., Основы безопасного поведения дошкольников: занятия, планирование, рекомендации – Волгоград: Учитель, 2008	1
2			Авдеева Н. Н., Князева О, Л., Стеркина Р. Б., Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста, С – Пб: «Детство - пресс», 2004	1
3			Гурин Ю.В., Моница Г.Б., Игры для детей от трех до семи лет – СПб.: Речь, 2008	1
4			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	1
5			Кобзева Т.Г., Холодова И.А., Александрова Г.С., Организация деятельности детей на прогулке. Подготовительная группа – Волгоград: Учитель	1
	<b>ОО Познавательное развитие</b>			
1			Презентации (Зимние виды спорта с загадками ,история о юдвижения) флешка	1
2			Презентация история олимпийского движения флэшка	1
3			Воронкевич О. А. «Добро пожаловать в экологию», «Детство - Пресс», 2007	1

6			Бондаренко Т.М. Комплексные занятия в подготовительной группе детского сада: Практическое пособие для воспитателей и методистов ДОУ – Воронеж, 2007	1
13			Ривина Е.К., Государственные символы России: Материалы для занятий с детьми дошкольного возраста – М.: Аркти, 2009	1
14			Баранникова О.Н. Уроки гражданственности и патриотизма в детском саду: Практическое пособие – М.: Аркти, 2007	1
15			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	1
16			Лаптева Г.В. Развивающие прогулки для детей 5-6 лет. Программа детского сада и не только – СПб.: Речь, 2010	1
17			Кобзева Т.Г., Холодова И.А., Александрова Г.С., Организация деятельности детей на прогулке. Подготовительная группа – Волгоград: Учитель,	1
18			Атлас «Все о здоровье»	1
19			Маханева М.Д. «Здоровый ребенок» М.; Аркти 2004.	
	<i>ОО Речевое развитие</i>			
1			Речь с движением картотека	
2			Презентации (Зимние виды спорта с загадками флэшка	
3			Степаненкова Э.Я Теория и методика физического воспитания	
4			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	
5			Страковская В.Л. «300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет» М.; 1994	
6			Лаптева Г.В. Развивающие прогулки для детей 5-6 лет. Программа детского сада и не только – СПб.: Речь, 2010	1
	<i>ОО Художественно – эстетическое развитие</i>			
1			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: Детство-Пресс», 2008	1
2			Речь с движением картотека	1
3			Щебеко В.Н, Ермак Н.Н Физкультурные праздники в д.саду	1
4			Щербак А.И. Тематические физкультурные занятия и праздники в д.саду	1
	<i>ОО Физическое развитие</i>			
1			Авдеева Н. Н., Князева О, Л., Стеркина Р. Б., Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста, С – Пб: «Детство - пресс», 2004	1
2			Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в д.саду. Мозаика-Синтез, 2009-2010	1
3			Валентинов В., 150 веселых игр, Спб, 2002	1
4			Кострыкина Л. Ю., Рыкова О. Г., Корнилова Т. Г. Мальши, физкульт-привет! Система работы по развитию основных движений детей раннего возраста.	1
5			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	1

6			Литвинова М. Ф. Русские народные подвижные игры	1
7			Щербак А. П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении	1
8			Нищева Н.В., Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики.	1
9			Интернет ресурсы: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="http://www.o-detstve.ru/forteachers/kindergarten/games/297.html">http://www.o-detstve.ru/forteachers/kindergarten/games/297.html</a></li> <li>• <a href="http://www.maam.ru/detskijasad/fizkulturno-ozdorovitel'naja-rabota-v-douutrenja-gimnastika-kak-sredstvo-povyshenija-fizicheskoi-aktivnostivospitanikov.html">http://www.maam.ru/detskijasad/fizkulturno-ozdorovitel'naja-rabota-v-douutrenja-gimnastika-kak-sredstvo-povyshenija-fizicheskoi-aktivnostivospitanikov.html</a></li> </ul>	

## 2.9. Дистанционная работа

При реализации программы могут использоваться как аудиторные, так и внеаудиторные (самостоятельные) занятия, которые проходят по группам или индивидуально: система дистанционного обучения.

В целях обеспечения доступности и непрерывности оказания образовательной услуги для обучающихся во исполнение договора об образовании на обучение по АООПДО в случае возникших обстоятельств непреодолимой силы, влекущие официальное приостановление образовательной деятельности учреждения, что делает невозможным оказание образовательных услуг в очной форме, предусмотрен переход на дистанционное обучение.

Дистанционная форма обучения целесообразно использовать в образовательном процессе для воспитанников:

- имеющих ограничения возможностей здоровья и не имеющих возможности регулярно посещать образовательное учреждение;
- временно находящихся в другом от основного места проживания месте (длительная командировка родителей, отпуск и прочее, во время отсутствия по болезни, в условиях введения карантина, в связи с погодными явлениями или высоким уровнем заболеваемости).

Дистанционные занятия и материалы размещаются на электронных ресурсах для дистанционного обучения:

- электронная почта
- облачный сервис Google диск
- мессенджеры WatsApp, Zoom

В день образовательной услуги родителям на электронный адрес приходит ссылка на папку, размещенную в облачном хранилище. Папка имеет название — дату занятия. Внутри папки документ Word с описанием, что нужно для занятия и его ход со всеми пояснениями. Так же внутри папки расположен Видеоролик с занятием.

В случае возникновения вопросов — родители могут связаться с педагогом через электронную почту или WatsApp, так же один раз в неделю (день недели и время оговариваются с родителями отдельно) проходят Zoom- консультации для родителей, дети которых занимаются дистанционно, для выявления трудностей, ответов на вопросы, обобщение и закрепление материала.

### 3. Организационный раздел

#### 3.1. Предметно – пространственная среда

Важным критерием оценки деятельности дошкольной организации является созданная предметно-пространственная развивающая среда. В дошкольном учреждении создан комплекс материально-технических, санитарно-гигиенических, эстетических, психолого-педагогических условий, обеспечивающих организацию жизни детей с целью обеспечения жизненно важных потребностей формирующейся личности.

Развивающая предметно-пространственная среда:

- содержательно-насыщенная,
- трансформируемая,
- полифункциональная,
- вариативная,
- доступная
- безопасная.

Имеет привлекательный вид, выступает в роли естественного фона жизни ребенка, снимает утомляемость, положительно влияет на эмоциональное состояние, помогает ребенку индивидуально познавать окружающий мир, дает возможность ребенку заниматься самостоятельной деятельностью. Обогащена элементами стимулирующими познавательную, эмоциональную, двигательную деятельность детей для наиболее эффективного развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его склонностей, интересов уровня активности.

Среда является важным фактором воспитания и развития детей. Организация предметно-игрового пространства и предметно-развивающей среды является необходимым условием для формирования игровой и познавательной деятельности ребенка. Задача дошкольного учреждения состоит в том, чтобы создать такую предметно-развивающую среду, которая обеспечивала бы ребенка всевозможным материалом для его активного участия в разных видах деятельности. Оборудование помещений и территории ДОУ должно быть безопасным, здоровьесберегающим, эстетически привлекательным и развивающим.

Оборудование физкультурного зала	<ul style="list-style-type: none"><li>• шведская стенка;</li><li>• гимнастические скамейки;</li><li>• гантели;</li><li>• гимнастические палки;</li><li>• мячи большие;</li><li>• мячи малые;</li><li>• мячи футбол;</li><li>• мячи массажеры;</li><li>• мяч футбольный;</li><li>• мячи набивные</li><li>• погремушки;</li><li>• ленточки;</li><li>• скакалки;</li><li>• кегли;</li><li>• кирпичики;</li><li>• бруски;</li><li>• флажки</li></ul>
----------------------------------	--



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• кубы;</li> <li>• ребристая доска;</li> <li>• маты;</li> <li>• тоннель</li> <li>• мешочки с грузом</li> <li>• кубики маленькие</li> <li>• кубики большие</li> <li>• канат</li> <li>• обруч большой, малый</li> <li>• гимн. скамейка</li> <li>• шнур длинный</li> <li>• щит баскетбольный</li> </ul>
Атрибуты для подвижных и спортивных игр	<ul style="list-style-type: none"> <li>• маски;</li> <li>• клюшки;</li> <li>• шайбы;</li> </ul>
Развивающая среда	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Папки-передвижки (тематические)</li> <li>• Российский флаг (большой)</li> <li>• Российские флажки (маленькие)</li> <li>• Олимпийская символика</li> <li>• Иллюстрации с зимними и летними видами спорта</li> <li>• Тематический материал</li> </ul>

### 3.2 Режим дня.

Формы активности	Режимное время	Группа раннего возраста
1. Самостоятельная двигательная деятельность, п/и	Во время утреннего приема детей	5 - 7 мин
2. Утренняя гимнастика	Перед завтраком	5 мин
3. Физкультурное занятие	Утро	10 мин
4. Физкультминутки	Во время занятий	2 мин
5. Физкультпаузы	Между занятиями	-
6. Физкультурная деятельность на прогулке (закрепление основных видов движений, индивидуальная работа, подвижные игры, самост. двиг. активность)	Утро	30 мин
7. Бодрящая гимнастика, тропа здоровья	После дневного сна	5 мин
8. Дополнит, кружковые занятия	1-2 раза в неделю	-
9. Досуг	2 половина дня 1 раз в неделю	10 мин
10. Самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры	После полдника	10 - 15 мин
11. Прогулка (индивидуальная работа, п/и, самостоятельная двигательная деятельность)	Вечер	30 мин

### 3.3. Сетки непрерывной образовательной деятельности по корпусам

#### Сетка непрерывной образовательной деятельности (центральный корпус) на 2022-2023гг

Заведующий ГБДОУ д/с №36 \_\_\_\_\_ /Якушева И.К./

Дни недели	«Теремок» I младшая группа	«Солнышко» II младшая группа	«Родничок» Средняя группа	«Светлячок» Средняя группа	«Почемучки» Старшая группа	«Фантазеры» Подготовительная группа
ПНД утром	9.00-9.10 <i>Физкультурное занятие</i>	9.20-9.35 <i>Физкультурное занятие</i>	9.45-10.05 <i>Физкультурное занятие</i>	10.15-10.35 <i>Физкультурное занятие</i>	10.45-11.10 <i>Физкультурное занятие</i>	12.00-12.30 <i>Физкультурное занятие</i>
вечер	17.00-17.15 Спортивный досуг 1 раз в месяц			16.25-16.50 Спортивный досуг 1 раз в месяц		15.45-16.15 Спортивный досуг 1 раз в месяц
ВТ						
СРД						
<i>Вечер</i>						
ЧТВ	9.00-9.10 <i>Физкультурное занятие</i>	9.20-9.35 <i>Физкультурное занятие</i>	10.15-10.35 <i>Физкультурное занятие</i>	9.45-10.05 <i>Физкультурное занятие</i>	12.00-12.25 <i>Физкультурное занятие</i>	10.45-11.15 <i>Физкультурное занятие</i>
вечер		17.00-17.20 Спортивный досуг 1 раз в месяц	16.25-16.50 Спортивный досуг 1 раз в месяц		15.45-16.15 Спортивный досуг 1 раз в месяц	
ПТН вечер						

## Сетка непрерывной образовательной деятельности (2-ой корпус) на 2022-2023гг

Заведующий ГБДОУ д/с №36 \_\_\_\_\_ /Якушева И.К./

<b>Дни недели</b>	<b>«Малышок» I младшая группа</b>	<b>«Капельки» II младшая группа</b>	<b>«Звездочки» Средняя группа</b>	<b>«Непоседы» Подготовительная группа</b>	<b>«Шустрики» Старшая группа</b>
<b>ПНД</b>					
<b>ВТ</b>	<b>9.25-9.35</b> <i>Физкультурное занятие</i>	<b>9.00-9.15</b> <i>Физкультурное занятие</i>	<b>9.45-10.05</b> <i>Физкультурное занятие</i>	<b>10.50-11.20</b> <i>Физкультурное занятие</i>	<b>10.15-10.40</b> <i>Физкультурное занятие</i>
<b>СРД</b>		<b>15.30-15.45</b> Вторая неделя месяца спортивный досуг (1 раз в месяц)	<b>15.55-16.15</b> Вторая неделя месяца спортивный досуг (1 раз в месяц)	<b>17.00-17.30</b> Вторая неделя месяца спортивный досуг (1 раз в месяц)	<b>16.25.16.50</b> Вторая неделя месяца спортивный досуг (1 раз в месяц)
<b>ЧТВ</b>					
<b>ПТН</b>		<b>9.00-9.15</b> <i>Физкультурное занятие</i>	<b>9.25-9.45</b> <i>Физкультурное занятие</i>	<b>10.35-11.05</b> <i>Физкультурное занятие</i>	<b>10.00-10.25</b> <i>Физкультурное занятие</i>
<b>вечер</b>					

## Сетка непрерывной образовательной деятельности (1-ый корпус) на 2022-2023гг

Заведующий ГБДОУ д/с №36 \_\_\_\_\_ /Якушева И.К/

Дни недели	«Лучики» Младшая группа	«Кузнечики» Средняя группа	«Колокольчики» Подготовительная группа
ПНД	09.00-09.20 <i>Физкультурное занятие</i>	09.30-09.55 <i>Физкультурное занятие</i>	10.05-10.30 <i>Физкультурное занятие</i>
ВТ			
СРД	15.45-16.00 Первая неделя месяца спортивный досуг (1 раз в месяц)	16.10-16.30 Первая неделя месяца спортивный досуг (1 раз в месяц)	16.40-17.10 Первая неделя месяца спортивный досуг (1 раз в месяц)
<i>Вечер</i>			
ЧТВ	09.00-09.20 <i>Физкультурное занятие</i>	09.30 09.55 <i>Физкультурное занятие</i>	10.05-10.30 <i>Физкультурное занятие</i>
ПТН			

### 3.4. Система физкультурной и оздоровительной работы.

№ п/п	Разделы и направления работы	Формы работы	Ответственный
1.	Использование вариативных режимов дня	Основной режим дня Гибкий режим дня Индивидуальный режим дня (после перенесённых заболеваний)	воспитатели, педагоги-специалисты
2.	Создание психологически комфортного климата в группе	Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми	Воспитатели, педагоги-специалисты
3.	Разнообразные виды организации режима двигательной активности ребёнка		
	Совместная деятельность	Утренняя гимнастика Физкультминутки Динамические переменки Непосредственно образовательная деятельность «Физкультурное занятие» Совместная деятельность в ходе реализации образовательной области «Физическое развитие» Физические упражнения после сна Разные виды гимнастики: дорожка здоровья для профилактики плоскостопия, дыхательная гимнастика, кишечная гимнастика, гимнастика для глаз Игровые и спортивные упражнения на воздухе Спортивные игры Подвижные игры на воздухе и в помещении	Воспитатели, Инструктор по физической культуре.
	Самостоятельная деятельность	Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке	Воспитатели
4.	Работа с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни	Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков интереса и любви к физической активности Формирование основ безопасности жизнедеятельности	Инструктор по физической культуре Воспитатели
5.	Оздоровительное сопровождение		
	Профилактические мероприятия	Комплексы профилактической гимнастики после сна - дорожка здоровья Кварцевание помещения	Воспитатели
	Общеукрепляющие мероприятия	Подбор оптимальной слоистости одежды при различных температурах в группе, физкультурном и музыкальном залах, на улице Режим сквозного и одностороннего проветривания в течение дня Воздушные ванны Обширное умывание: сентябрь – апрель до локтя, май – июль до плеча; Водное закаливание рук (при умывании прохладной водой) Питьевой режим	Воспитатели Медицинский персонал

### 3.5 Перечень литературы и методических материалов.

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
детского сада № 36 комбинированного вида  
Кировского административного района Санкт-Петербурга

**Рабочая программа по реализации основной адаптированной образовательной программы с детьми младшей, средней, старшей, подготовительной гр.**

№ п/п	Наименование дисциплин, входящих в заявленную образовательную программу	Количество обучающихся, изучающих данную дисциплину	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной литературы, вид и характеристика иных ресурсов (видео, аудио, программное обеспечение и т.п.)	Количество
1	2	3	4	5
	<b>Нормативные документы</b>			
1			Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 03.07.2016, с изм. от 19.12.2016) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2017)	
2			Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"	
3			Санитарные правила и нормы	
3			Бабаева Т. И., Гогоберидзе А. Г., Солнцева О. В. «Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования» — СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014	
	<i>ОО Социально – коммуникативное развитие</i>			
1			Чермашенцева О.В., Основы безопасного поведения дошкольников: занятия, планирование, рекомендации – Волгоград: Учитель, 2008	1
2			Авдеева Н. Н., Князева О, Л., Стеркина Р. Б., Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста, С – Пб: «Детство - пресс», 2004	1
3			Гурин Ю.В., Моница Г.Б., Игры для детей от трех до семи лет – СПб.: Речь, 2008	1
4			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	1
5			Кобзева Т.Г., Холодова И.А., Александрова Г.С., Организация деятельности детей на прогулке. Подготовительная группа – Волгоград: Учитель	1
	<i>ОО Познавательное развитие</i>			

1			Презентации (Зимние виды спорта с загадками ,история о юдвижения) флешка	1
2			Презентация история олимпийского движения флэшка	1
3			Воронкевич О. А. «Добро пожаловать в экологию», «Детство - Пресс», 2007	1
6			Бондаренко Т.М. Комплексные занятия в подготовительной группе детского сада: Практическое пособие для воспитателей и методистов ДОУ – Воронеж, 2007	1
13			Ривина Е.К., Государственные символы России: Материалы для занятий с детьми дошкольного возраста – М.: Аркти, 2009	1
14			Баранникова О.Н. Уроки гражданственности и патриотизма в детском саду: Практическое пособие – М.: Аркти, 2007	1
15			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	1
16			Лаптева Г.В. Развивающие прогулки для детей 5-6 лет. Программа детского сада и не только – СПб.: Речь, 2010	1
17			Кобзева Т.Г., Холодова И.А., Александрова Г.С., Организация деятельности детей на прогулке. Подготовительная группа – Волгоград: Учитель,	1
18			Атлас «Все о здоровье»	1
19			Маханева М.Д. «Здоровый ребенок» М.; Аркти 2004.	
	<i>ОО Речевое развитие</i>			
1			Речь с движением картотека	
2			Презентации (Зимние виды спорта с загадками флэшка	
3			Степаненкова Э.Я Теория и методика физического воспитания	
4			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	
5			Страковская В.Л. «300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет» М.; 1994	
6			Лаптева Г.В. Развивающие прогулки для детей 5-6 лет. Программа детского сада и не только – СПб.: Речь, 2010	1
	<i>ОО Художественно – эстетическое развитие</i>			
1			Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: Детство-Пресс», 2008	1
2			Речь с движением картотека	1
3			ЩебекоВ.Н,Ермак Н.Н Физкультурные праздники в д.саду	1
4			ЩербакА.И. Тематические физкультурные занятия и праздники в д.саду	1
	<i>ОО Физическое развитие</i>			
1			Авдеева Н. Н., Князева О, Л., Стеркина Р. Б., Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста, С – Пб: «Детство - пресс», 2004	1
2			Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в д.саду. Мозаика-Синтез,2009-2010	1
3			Валентинов В., 150 веселых игр, Спб, 2002	1
4			Кострыкина Л. Ю., Рыкова О. Г., Корнилова Т. Г. Малыши, физкульт-привет! Система работы по развитию основных движений детей раннего возраста.	1

5		Уланова Л.А., Иордан С.О., Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет – СПб.: «Детство-Пресс», 2008	1
6		Литвинова М. Ф. Русские народные подвижные игры	1
7		Щербак А. П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении	1
8		Нищева Н.В., Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики.	1
9		Интернет ресурсы: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="http://www.o-detstve.ru/forteachers/kindergarten/games/297.html">http://www.o-detstve.ru/forteachers/kindergarten/games/297.html</a></li> <li>• <a href="http://www.maam.ru/detskijasad/fizkulturno-ozdorovitelnaja-rabota-v-douutrenja-gimnastika-kak-sredstvo-povysheniya-fizicheskoi-aktivnostivospitanikov.html">http://www.maam.ru/detskijasad/fizkulturno-ozdorovitelnaja-rabota-v-douutrenja-gimnastika-kak-sredstvo-povysheniya-fizicheskoi-aktivnostivospitanikov.html</a></li> </ul>	

Оборудование физкультурного зала	<ul style="list-style-type: none"> <li>• шведская стенка;</li> <li>• гимнастические скамейки;</li> <li>• гантели;</li> <li>• гимнастические палки;</li> <li>• мячи большие;</li> <li>• мячи малые;</li> <li>• мячи футбол;</li> <li>• мячи массажеры;</li> <li>• мяч футбольный;</li> <li>• мячи набивные</li> <li>• погремушки;</li> <li>• ленточки;</li> <li>• скакалки;</li> <li>• кегли;</li> <li>• кирпичики;</li> <li>• бруски;</li> <li>• флажки</li> <li>• кубы;</li> <li>• ребристая доска;</li> <li>• маты;</li> <li>• тоннель</li> <li>• мешочки с грузом</li> <li>• кубики маленькие</li> <li>• кубики большие</li> <li>• канат</li> <li>• обруч большой, малый</li> <li>• гимн. скамейка</li> <li>• шнур длинный</li> <li>• щит баскетбольный</li> </ul>
Атрибуты для подвижных и спортивных игр, эстафет.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• маски;</li> <li>• клюшки;</li> <li>• шайбы;</li> <li>• якоря</li> <li>• машины</li> </ul>



Развивающая среда	<ul style="list-style-type: none"><li>• Папки-передвижки(тематические)</li><li>• Российский флаг (большой)</li><li>• Российские флажки (маленькие)</li><li>• Олимпийская символика</li><li>• Иллюстрации с зимними и летними видами спорта</li><li>• Тематический материал</li><li>• Картотека подвижных игр</li><li>• Разрезные тематические картинки</li><li>• Карточки с спортивными атрибутами</li></ul>
-------------------	--

## Приложение 1.

### Календарно – тематический план работы с детьми первой младшей группы на 2022-2023гг.

Месяц	Тема и задачи занятий 1-й недели	Тема и задачи занятий 2-й недели	Тема и задачи занятий 3-й недели	Тема и задачи занятий 4-й недели		
Сентябрь	<p>Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч двумя руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками</p>					
	Тема	Занятия 1–2 «Здравствуй, детский сад» <b>01.09.2022 - 02.09.2022</b>	Занятия 3–4 «Осень» <b>05.09.2022-09.09.2022</b>	Занятия 5-6 «Осень. Овощи» <b>12.09.2022-16.09.2022</b>	Занятия 7–8 «Осень. Фрукты» <b>19.09.2022-23.09.2022</b>	Занятия 9–10 «Осень. Фрукты» <b>26.09.2022-30.09.2022</b>
	Задачи	<p>Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за воспитателем. Учить ходить между двумя линиями, сохраняя равновесие. <i>Подвижная игра</i> «Солнечные</p>	<p>Учить: – ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем; – подпрыгивать на двух ногах на месте. <i>Подвижная игра</i> «Колокольчик» Игровой</p>	<p>Учить энергично отталкивать мяч двумя руками. <i>Подвижная игра</i> «По ровненькой дорожке», <i>Малоподвижные игры</i> «Найди мяч», Игровой самомассаж: «Массаж головы»</p>	<p>Учить: – ходить и бегать колонной по одному всем составом группы; – подлезать под шнур. <i>Подвижная игра</i> «Прятки» Игровой самомассаж: «Массаж лица»</p>	<p>Ознакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами. <i>Подвижная игра</i> «Катится колобок»</p>

		зайчики» Игровой самомассаж: «Массаж спины»	самомассаж: «Массаж рук»			
Октябрь	Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка(на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду					
	Тема	Занятия 1-2 «Домашняя птица» <b>03.10.2022-07.10.2022</b>	Занятия 3-4 «Пернатые друзья» <b>10.10.2022-14.10.2022</b>	Занятия 5-6 «Транспорт» <b>17.10.2022-21.10.2022</b>	Занятия 7-8 «Мой дом, мой город» <b>24.10.2022-28.10.2022</b>	
	Задачи	Учить: – ходить и бегать по кругу; – сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади. Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. <i>Подвижная игра «Поезд», малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?»</i> Пальчиковая гимнастика: «Осенние листья»	Учить: – во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; – при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мячей. <i>Подвижная игра «У медведя во бору»</i> Пальчиковая гимнастика: «Овощи»	Учить: – останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; – подлезать под шнур. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади. <i>Подвижная игра «Бежать к флажку», малоподвижная игра «Угадай, чей голосок?»</i> Пальчиковая гимнастика: «Ягоды»	Закреплять умение ходить и бегать по кругу. Учить энергичному отталкиванию мяча при прокатывании друг другу. Упражнять в ползании на четвереньках. <i>Подвижная игра «Мыши в кладовой»</i> Пальчиковая гимнастика: «Овощи»	
Ноябрь	Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка(на основе интеграции					

образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков				
Тема	Занятия 1–2 «Дружба» 31.10.2022-04.11.2022	Занятия 3–4 «Я и моя семья» 07.11.2022-11.11.2022	Занятия 5–6 «Домашние животные» 14.11.2022-18.11.2022	Занятия 7–8 «Дикие животные» 21.11.2022-5.11.2022
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге. Учить: – сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади; – мягко приземляться в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Солнышко и дождик», <i>малоподвижная игра</i> «Где спрятался мышонок?» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Утята»	Упражнять: – в ходьбе колонной по одному; – прыжках из обруча в обруч. Учить приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча. <i>Подвижная игра</i> «Ножки» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «С гимнастической палкой»	Упражнять: – в ходьбе колонной по одному; – ловить мяч, брошенный воспитателем, и бросать его назад; – ползать на четвереньках. Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Матрёшки», «Карусели»	Закреплять умение подлезать под дугу на четвереньках. Упражнять: – в ходьбе по уменьшенной площади. <i>Подвижная игра</i> «Пузырь». Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Гармошка»
Декабрь	Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка(на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре			

Тема	Занятия 1–2 «Здоровей-ка» 28.11.2022-02.12 2022	Занятия 3–4 «Здравствуй, зимушка-зима!» 05.12.2022-09.12 2022	Занятия 5–6 «Зимние забавы» 12.12.2022-16.12 2022	Занятия 7–8 «Новогодний праздник» 19.12.2022-23.12 2022	Занятия 8–9 «Новогодний праздник» 26.12.2022-30.12.22
Задачи	<p>У ч и т ь : – ходить и бегать враспынную, используя всю площадь зала; – сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках. У п р а ж н я т ь в приземлении на полусогнутые ноги. <i>Подвижная игра</i> «Найди свой домик», <i>малоподвижная игра</i> «Лошадки». Самомассаж «Массаж ушей»</p>	<p>У ч и т ь : – ходить и бегать по кругу; – мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги. У п р а ж н я т ь в прокатывании мяча. <i>Подвижная игра</i> «Прокати мяч» Самомассаж «На крылечке ножками»</p>	<p>У ч и т ь : – ходить и бегать враспынную; – подползать под дугу. <i>Подвижная игра</i> «Проползи в воротики» Самомассаж «Массаж глаз»</p>	<p>У ч и т ь : – ходить и бегать по кругу; – подлезать под шнур, не касаясь руками; – сохранять равновесие при ходьбе по доске. <i>Подвижная игра</i> «Самый меткий», <i>малоподвижная игра</i> «Каравай» Самомассаж «Массаж лица»</p>	<p>У ч и т ь : – ходить и бегать по кругу; – подлезать под шнур, не касаясь руками; – сохранять равновесие при ходьбе по доске. <i>Подвижная игра</i> «Самый меткий», <i>малоподвижная игра</i> «Каравай» Самомассаж «Массаж лица»</p>
Январь	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б e н к а ( н а о с н о в e и н т e г р а ц и и o б р а з o в а т e л ь н ы х o б л а с т e й): умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой</p>				
Тема	Занятия 3–4 «В гостях у сказки»		Занятия 5–6 «Человек и мир вещей. Одежда»		Занятия 7–8 «Человек и мир вещей. Посуда»

		«Рождественские каникулы» <b>01.01.2023-13.01 2023</b>	<b>16.01.2023-20.01 2023</b>	<b>23.01.2023-27.01.2023</b>	
	Задачи	Познакомить: – с перестроением и ходьбой парами; – сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске. Упражнять в прыжках, продвигаясь вперед. <i>Подвижная игра «Найди свою пару»</i> Пальчиковая гимнастика «Зимующие птицы»	Учить: – ходить и бегать врассыпную при прыгивании; – мягкому приземлению на полусогнутые ноги; – прокатывать мяч вокруг предмета. <i>Подвижные игры «Остановись возле игрушки», «Мой веселый, звонкий мяч», «Угадай, кто кричит?»</i> Пальчиковая гимнастика «Зимующие птицы» (Кормушка)	Упражнять: – в ходьбе парами и беге врассыпную; – прокатывать мяч друг другу; – подлезать под дугу, не касаясь руками пола. <i>Подвижная игра «Великан»</i> Пальчиковая гимнастика «Зима»(Снежок)	
Февраль	Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу				
	Тема	Занятия 1–2 «Человек и мир вещей. Мебель» <b>30.01.2023-03.02.2023</b>	Занятия 3–4 «Народная культура и традиции» <b>06.02.2023-10.01.2023</b>	Занятия 5–6 «Наши защитники» <b>13.02.2023-17.02.2023</b>	Занятия 7–8 «Прощание с зимой» <b>20.02.2023-24.02.2023</b>
	Задачи	Упражнять: – в ходьбе и беге врассыпную; – прыжках из обруча в обруч. Учить ходить	Упражнять: – в ходьбе и беге колонной по одному, выполняя задания; – прокатывании мяча друг другу.	Упражнять: – в ходьбе переменным шагом через шнуры; – беге врассыпную; – бросать мяч через шнур;	Упражнять: – в ходьбе колонной по одному, выполняя задания; – беге врассыпную; – пролезать в обруч, не касаясь руками пола;

	переменными шагами через шнур. <i>Подвижная игра «Птички и кошка»</i> Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Ёлочка»	Учить приземляться на полусогнутые ноги при прыгивании. <i>Подвижная игра «Допрыгни до воздушного шара»</i> Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Присядка»	– подлезать под шнуром, не касаясь руками пола. <i>Подвижная игра «Ловишки», малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?»</i> Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Шаг с припаданием»	– сохранять равновесие при ходьбе по доске. <i>Подвижная игра «Зайчики в домике»</i> Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Упражнения в положении сидя»		
Март	Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка(на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения					
	Тема	Занятия 1–2 «8 Марта» <b>27.02.2023-03.03.2023</b>	Занятия 3–4 «Этикет» <b>06.03.2023-10.03.2023</b>	Занятия 5–6 «Азбука пожарной безопасности» <b>13.03.2023-17.03.2023</b>	Занятия 7–8 «Азбука пожарной безопасности» <b>20.03.2023-24.03.2023</b>	Занятия 9–10 «День смеха» <b>27.03.2023-31.03.2023</b>
	Задачи	Учить: – сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади; – мягко приземляться в прыжках с	Упражнять в ходьбе и беге парами и беге врассыпную. Учить прокатывать мяч между предметами. <i>Подвижная игра: «Зайчик в домике»</i> <i>Самомассаж «Массаж стоп»</i>	Упражнять: – в ходьбе и беге по кругу; Учить бросать мяч о землю и ловить двумя руками. <i>Подвижная игра: «Догони мяч»</i> <i>Самомассаж</i>	Повторить прыжки в длину с места. – ползании по скамейке на ладонях и коленях. – ходить и бегать по кругу; <i>Подвижная игра: «Птички»</i>	Упражнять: – в ходьбе парами; – беге врассыпную; – ходьбе с перешагиванием через брусок. Учить правильному хвату руками за рейки при влезании.

		продвижением вперед. Подвижная игра «Пролезь в обруч» Самомассаж «Баю-баю-баиньки»		«Массаж ушей»		Подвижная игра: «Куклы пляшут» Самомассаж «Массаж стоп»
Апрель	Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка(на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени и отчеству					
	Тема	Занятия 1–2 «Весна» <b>03.04.2023-07.04.2023</b>	Занятия 3–4 «День космонавтики» <b>10.04.2023-14.04.2023</b>	Занятия 5–6 «Встречаем птиц» <b>17.04.2023-21.04.2023</b>	Занятия 7–8 «Чистая планета» <b>24.04.2023-28.05.2023</b>	
	Задачи	Упражнять : – в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; – сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; – в прыжках в длину с места. <i>Подвижная игра</i> «Мой весёлый звонкий мяч», <i>малоподвижная игра</i> «Где цыпленок?» Пальчиковая гимнастика «Одежда»	Упражнять : – ходить колонной по одному; – бегать врассыпную; – в прыжках с места. Продолжать учить приземляться одновременно на обе ноги, упражнять в бросании мяча об пол. <i>Подвижная игра</i> «В гости к зверюшкам», <i>малоподвижная игра</i> «Пройди тихо» Пальчиковая гимнастика	Упражнять : – ходить и бегать врассыпную; – бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; – ползать по доске. <i>Подвижная игра</i> «Прокати мяч», <i>малоподвижная игра</i> «Где спрятался мышонок?» Пальчиковая гимнастика «Домашние птицы»	Упражнять : – в ходьбе и беге колонной по одному; – влезать на наклонную лесенку; – в ходьбе по доске, формируя правильную осанку. <i>Подвижная игра</i> «Море волнуется» Пальчиковая гимнастика «Дикие животные»	



		«Посуда» (Помощники)			
	<p>Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка(на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим</p>				
	Тема	<p>Занятия 1–2 «День Победы» <b>03.05.2023-05.05.2023</b></p>	<p>Занятия 3–4 «Цветы» <b>10.05.2023-12.05.2023</b></p>	<p>Занятия 5–6 «Дорожная азбука» <b>15.05.2023-19.05.2023</b></p>	<p>Занятия 7–8 «Вот какие мы стали большие» <b>22.05.2023-31.05.2023</b></p>
Май	Задачи	<p>У п р а ж н я т ь : – ходить и бегать по кругу; – сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре; – в перепрыгивании через шнур. <i>Подвижная игра «Птички и кошка», малоподвижная игра «Найди цыпленка»</i> Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Упражнения при ходьбе»</p>	<p>У п р а ж н я т ь : – ходить и бегать врассыпную; – в подбрасывании мяча; – в приземлении на носочки в прыжках в длину с места. <i>Подвижная игра «Кошечка», малоподвижная игра «Угадай, кто позвал»</i> Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Упражнения стоя»</p>	<p>У п р а ж н я т ь : – ходить колонной по одному, выполняя задания по сигналу; – бегать врассыпную; – учить подбрасывать мяч вверх и ловить – ползании по скамейке на ладонях и коленях. <i>Подвижная игра «Холодно-тепло»</i> Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Сборщик»</p>	<p>У п р а ж н я т ь : – в ходьбе, отрабатывая переменный шаг и координацию движений, и беге врассыпную; – в равновесии. <b>З а к р е п л я т ь</b> умение влезать на наклонную лесенку, не пропуская реек. <i>Подвижная игра «Птички летают», малоподвижная игра «Каравай»</i> Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Художник»</p>

### Летний оздоровительный период:

с 1 июня 2023 г. по 31 августа 2023 г. – образовательная деятельность с детьми осуществляется в форме проектной деятельности согласно действующим санитарно-эпидемиологическим требованиям СанПиН в летний период. Тема проекта планируется по неделям.

Месяц	Неделя	Дата	Тема проектной недели
Июнь	1	01.06.2023-02.06.2023	«Детство – это я и ты»
	2	05.06.2023-09.06.2023	«Россия – родина моя»
	3	13.06.2023-16.06.2023	«Про лучшего друга»
	4	19.06.2023-23.06.2023	«Правила дорожные знать каждому положено» Зеленый огонек.
	5	26.06.2023-30.06.2023	«Бумажные кораблики»
Июль	1	03.07.2023-07.07.2023	«Ладшки на асфальте»
	2	10.07.2023-14.07.2023	«Семейный альбом»
	3	17.07.2023-21.07.2023	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»
	4	24.07.2023-28.07.2023	«Бюро находок»
	5	31.07.2023-04.08.2023	«По лесным тропинкам.»
Август	1	31.07.2023-04.08.2023	«По лесным тропинкам.»
	2	07.08.2023-11.08.2023	«Наблюдения за облаками»
	3	14.08.2023-18.08.2023	«Убирая мусор, бережем природу»
	4	21.08.2023-25.08.2023	«До свиданья, лето!»

Приложение 2.

**Перспективное планирование физкультурных досугов.**

**Младшая группа.**

<b>№</b>	<b>Месяц</b>	<b>Мероприятие</b>	<b>Задача</b>
<b>1</b>	<b>Октябрь</b>	Досуг «Сказочная история»	Воспитывать позитивное отношение к здоровому образу жизни. Совершенствовать навыки ходьбы, бега, прыжков. Создавать радостное настроение.
<b>2</b>	<b>Ноябрь</b>	Развлечение «В гости к Мишке»	Упражнять детей в ходьбе и беге. совершенствовать навыки ползания и прыжков. продолжать расширять знания детей о природе
<b>3</b>	<b>Декабрь</b>	Развлечение «Мой веселый, звонкий мяч»	Развивать физические качества. Доставлять детям чувство радости.
<b>4</b>	<b>Январь</b>	Досуг «Зимние забавы»	Развивать ловкость, выносливость. Развивать интерес к различным видам спорта.
<b>5</b>	<b>Февраль</b>	Досуг «Снег кружиться...»	Развивать физические качества. развивать вестибулярный аппарат и умение сохранять равновесие.
<b>6</b>	<b>Март</b>	Развлечение «Приглашаем детвору на веселую игру»	Развивать силу, ловкость. Воспитывать командные качества.
<b>7</b>	<b>Апрель</b>	Досуг «Веселая гимнастика»	Поддерживать интерес к физической культуре и спорту. Формировать стремление принимать активное участие. Развивать физические качества.
<b>8</b>	<b>Май</b>	Досуг «Солнышко лучистое»	Развивать ловкость, выносливость. . Развивать интерес к летним видам спорта.

### Приложение 3.

#### Примерное годовое планирование по физическому воспитанию.

№	Содержание работы, мероприятия	Срок выполнения	Ответственный
<b>1. Методическая работа.</b>			
1.	Составить перспективный и календарный план работы с детьми на занятиях.	сентябрь	Инструктор по физической культуре
2.	Подобрать комплексы общеразвивающих упражнений для всех возрастных групп.	сентябрь	Инструктор по физической культуре
3.	Проработать методическую литературу.	в течение года	Инструктор по физической культуре
4.	Подобрать комплексы гимнастики после сна для всех возрастных групп.	ноябрь	Инструктор по физической культуре
5.	В целях самообразования изучить основные виды круговой тренировки в подготовительной группе.	в течение года	Инструктор по физической культуре
<b>2. Физкультурно-оздоровительная работа.</b>			
1.	Обработать данные медосмотра, оформить листы здоровья.	сентябрь	Инструктор по физической культуре медсестра
2.	Провести диагностику физической подготовленности детей.	сентябрь – октябрь апрель - май	Инструктор по физической культуре
3.	Осуществлять медико-педагогический контроль на физкультурных занятиях.	в течение года	Инструктор по физической культуре медсестра
4.	Обеспечить контроль по закаливанию детей в сочетании с использованием гимнастики утренней и после сна.	ежедневно в течение года	Инструктор по физической культуре медсестра
5.	Закаливающие мероприятия: закаливающая ходьба босиком в спальне до и после дневного сна, мытье рук, шеи, лица прохладной водой. Дыхательная гимнастика, оздоровительный бег на воздухе.	ежедневно в течение года	Инструктор по физической культуре воспитатели групп
<b>3. Физкультура в режиме дня.</b>			
1.	Утренняя гимнастика.	ежедневно	воспитатели групп

2.	Физкультурные занятия в зале и на улице.	по расписанию	Инструктор по физической культуре
3.	Подвижные и спортивные игры на прогулке.	ежедневно	воспитатели групп
4.	Двигательные разминки и физкультминутки.	ежедневно	воспитатели групп
5.	Гимнастика после сна.	ежедневно	воспитатели групп
6.	Индивидуальная работа с детьми.	ежедневно	Инструктор по физической культуре воспитатели групп
7.	Самостоятельная двигательная активность детей.	ежедневно	воспитатели групп
8.	Физкультурные досуги.	1 раз в месяц	Инструктор по физической культуре
9.	Физкультурные праздники.	2 раза в год Январь, июнь	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп, музыкальный руководитель.

#### **4. Организационно-массовая работа.**

1.	Составить календарный план активного отдыха детей.	в течение года	Инструктор по физической культуре
2.	Провести физкультурные праздники.	2 раза в год	Инструктор по физической культуре музыкальный руководитель, воспитатели групп
3.	Провести физкультурные досуги.	1 раз в месяц	Инструктор по физической культуре
4.	Обновление спортивных уголков в группах соответственно возрасту детей.	в течение года	Инструктор по физической культуре воспитатели групп
5.	Оформление спортивного стенда с информацией для родителей.	в течение года	Инструктор по физической культуре

#### **5. Работа с воспитателями.**

1.	Регулярно информировать о спортивных мероприятиях в детском саду.	в течение года	Инструктор по физической культуре
2.	Консультировать по индивидуальной работе с детьми в целях развития физических качеств и совершенствования ОДА.	в течение года	Инструктор по физической культуре
3.	Провести консультации для воспитателей: Тема: «Формирование активности и организация двигательного режима в	Сентябрь	Инструктор по физической культуре

	<p>детском саду».</p> <p>Тема: «Утренняя гимнастика и вариативность ее содержания».</p> <p>Тема: «Подвижные игры как средство гармоничного развития дошкольников».</p> <p>Тема: «Развивающая пальчиковая гимнастика для детей».</p> <p>Тема: «Краткая характеристика основных видов движений, описание подвижных игр».</p> <p>Тема: «Игры и развлечения на воздухе. Методика проведения подвижных игр на воздухе».</p> <p>Тема: «Азбука безопасного падения».</p>	<p>октябрь</p> <p>ноябрь-декабрь</p> <p>январь</p> <p>февраль</p> <p>март – апрель</p> <p>май</p>	
--	---	---	--