

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №107 Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Решением Педагогического совета
Протокол № 2 от 25 ноября 2024 г.



УТВЕРЖДЕНА
приказом от 25 ноября 2024 г. № 18/6-ОД
И.о. заведующего ГБДОУ д/с № 107
Я.В.Телеш

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

инструктора по физической культуре
по реализации ОО «Физическое развитие»
детей с 1 года 6 месяцев до 4 лет
на 2024-2025 учебный год

Разработал:
инструктор по физической культуре
Солнцева Н.С.

Санкт-Петербург
2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

I	Целевой раздел	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи рабочей программы	4
1.3.	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	5
1.4.	Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста 1,5-4 лет	6
1.5.	Планируемые результаты реализации образовательной области «Физическое развитие»	7
1.6.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	8
II	Содержательный раздел	9
2.1.	Содержание образовательной деятельности, описание форм, способов, методов, Средств реализации рабочей программы физического развития дошкольников	9
2.1.1.	Задачи физического развития детей 1,5 - 3 лет	9
2.1.2.	Задачи физического развития детей 3 - 4лет	12
2.2.	Задачи воспитания	15
2.2.1	Рабочая программа воспитания ОО Физическое развитие	15
2.3	Интеграция с другими образовательными областями	18
2.4.	Годовой план работы инструктора по физической культуре	19
2.4.1.	Взаимодействие с воспитателями	19
2.4.2.	Взаимодействие с помощниками воспитателя	20
2.4.3	Взаимодействие с педагогом психологом	20
2.4.4	Взаимодействие с музыкальным руководителем	21
2.4.5.	Взаимодействие с медицинским персоналом.	22
2.4.6.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках образовательной области «Физическое развитие»	22
2.5.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	25
2.6.	Комплексно-тематическое планирование	25
2.7.	Культурно-досуговая деятельность	27
2.8.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках образовательной области «Физическое развитие»	28
III	Организационный раздел	29
3.1.	Физкультурно-оздоровительная работа	29
3.2.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	30
IV	Приложения к рабочей программе по реализации образовательной области «Физическое развитие»	32
	Приложение №1	32
	Приложение № 2	33
	Приложение № 3	40
	Приложение № 4	45

1. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Задача сохранения и здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве, регламентируется в федеральных государственных образовательных стандартах, где огромное внимание уделяется вопросам здоровья сбережения.

Воспитанники проводят в детском саду значительную часть дня и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья – дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье, являясь важнейшей ценностью человека и общества, относится к категории государственных приоритетов, поэтому процесс его сохранения и укрепления волнует не только медицинских работников, но и педагогов, психологов и родителей.

В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

Рабочая программа инструктора по физической культуре определяет содержание образовательной деятельности ДОО в возрасте от 1,5-7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Цель	Реализация содержания образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ № 107 в соответствии с требованиями ФОП ДО и ФГОС ДО
Задачи	• охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; • обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности; • обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО; • приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям русского народа – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; • создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей; • построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития; • создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей; • обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах

	воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности; • достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.
Нормативно-правовая база	• Федеральная образовательная программа дошкольного образования (приказ Министерства просвещения РФ № 1028 от 25 ноября 2022 года) • Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержден приказом Министерства образования и науки России от 17 октября 2013г. № 1155 (с изм. на 08.11.2022); • Пункт 5 Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных духовно-нравственных ценностей. Указ Президента РФ № 809 от 9 ноября 2022 года • Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 29.12.2022) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2023) • Федеральный закон от 24.09.2022 № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” и статью 1 Федерального закона “Об обязательных требованиях в Российской Федерации”» • Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” по вопросам воспитания обучающихся» • Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р; • Указ Президента РФ от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей» • Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; • Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования по обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; • Образовательная программа дошкольного образования; • Устав ДО; • Локально-нормативные акты
Цель программы	• разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей русского народа, исторических и национально-культурных традиций
Принципы и	• полноценное проживание ребенком всех этапов детства (раннего возраста),

подходы к формированию рабочей программы	обогащение (амплификация) детского развития; • построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка; • содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возраста, а также педагогических работников; • признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений; • поддержка инициативы детей в различных видах деятельности; • сотрудничество ДОО с семьей; • приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства; • формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности; • возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития); • учёт этнокультурной ситуации развития детей.		
Характеристика детей и групп ДОО	Характеристика воспитанников на 2024-2025 учебный год: Общее количество детей - _____ чел. Девочек _____ чел. Мальчиков _____ чел.		
	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="414 947 987 1182"> Группа раннего возраста «Эколята» Девочек _____ чел. Мальчиков _____ чел. Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой здоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел </td><td data-bbox="987 947 1572 1182"> Группа раннего возраста «Мастерята» Девочек _____ чел. Мальчиков _____ чел. Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой здоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел </td></tr> </table>	Группа раннего возраста «Эколята» Девочек _____ чел. Мальчиков _____ чел. Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой здоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел	Группа раннего возраста «Мастерята» Девочек _____ чел. Мальчиков _____ чел. Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой здоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел
Группа раннего возраста «Эколята» Девочек _____ чел. Мальчиков _____ чел. Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой здоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел	Группа раннего возраста «Мастерята» Девочек _____ чел. Мальчиков _____ чел. Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой здоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел		
	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="414 1182 987 1455"> Вторая младшая группа «Строители» Девочек _____ чел. Мальчиков _____ чел. Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой здоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел </td><td data-bbox="987 1182 1572 1455"></td></tr> </table>	Вторая младшая группа «Строители» Девочек _____ чел. Мальчиков _____ чел. Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой здоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел	
Вторая младшая группа «Строители» Девочек _____ чел. Мальчиков _____ чел. Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой здоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел			
Срок реализации программы	Срок реализации программы 2024-2025 учебный год (25 ноября - 31 августа)		

1.4 Характеристика возрастных – физических особенностей развития детей

Группа раннего возраста. От года и шести месяцев до 3 лет.

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

Процесс усвоения нового в движении сохраняет прежнюю специфику: основное здесь — подражание. Однако оно изменяет свой характер: наблюдается большее осмысление предложенной ребенку задачи и, в связи с этим, более четкое ее выполнение. Дети еще не способны придерживаться точно заданной формы движений, но развивающаяся двигательная память помогает им самостоятельно воспроизводить знакомые двигательные действия.

Ребенок постепенно учится согласовывать свои движения с движениями других детей, приучается своевременно реагировать на сигналы извне, требующие изменить характер движения, его темп, силу или совсем прекратить движение и остановиться.

В условиях систематического руководства ребенок на третьем году жизни совершенствует ходьбу, лазанье, начинает бегать, прыгать. Все эти движения еще мало координированы и недостаточно точны.

Ребенок чувствует потребность в частой смене движений, не может сохранять неподвижную позу, нуждается в чередовании движений и отдыха.

Большое значение для развития движений имеют специально организуемые подвижные игры с правилами. В этих играх дети подчиняют свои движения разнообразным внешним сигналам, например, изменяют темп движений в зависимости от изменения музыки, направление или характер движения по слову (остановиться, перейти от ходьбы к бегу и др.). Ценность подвижных игр заключается и в том, что, помимо развития движений, выполнение различных правил в игре требует от ребенка понимания ситуации, внимания, выдержки. У него воспитывается умение играть совместно, согласовывать свои движения с движениями других.

Наряду с подвижными играми необходимы занятия основной гимнастикой. При проведении физкультурных занятий следует обращать внимание на качество выполнения движений, исправлять ошибки и своевременно изменять и усложнять тот или иной комплекс упражнений, если дети овладели им достаточно хорошо. При условии правильной организации двигательной активности дети двух-трех лет, как правило, большую часть дня бодр и активны. Такое поведение свидетельствует о состоянии оптимальной возбудимости нервной системы.

Дети данного возраста обнаруживают крайнюю неустойчивость состояния возбудимости.

Незначительные причины (например, изменения режима, болезненное состояние) могут приводить к состоянию повышенного возбуждения, при котором поведение ребенка нарушается (он начинает громко кричать, отказывается выполнять ранее установленные правила, проявляет упрямство).

Переутомление, как эмоциональное, так и физическое, приводит к тому, что бодрое состояние сменяется вялым. Движения ребенка становятся замедленными, он перестает играть, не хочет выполнять установленные правила. Иногда при утомлении у детей проявляются ранее сформированные автоматические движения (сосание пальцев, раскачивания, навязчивые движения). Такое поведение свидетельствует о временном понижении возбудимости центральной нервной системы.

Причинами переутомления могут быть различные неблагоприятные физические факторы окружающей среды (высокая температура помещения, недостаточная проветриваемость помещений, шум, плохое освещение). В душном помещении с высокой температурой воздуха утомление детей наступает скорее.

Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств

и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников.

Вторая младшая группа. От 3 до 4 лет.

На четвертом году жизни ребёнок владеет большим объёмом двигательных навыков. Он уже способен совершать более сложные действия, соблюдая определённую последовательность. Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнений. Однако у детей отмечается ещё недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног).

Во второй младшей группе важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Их учат слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движения согласованно с другими детьми после соответствующего инструктора по ФК, находить своё место в групповых построениях. Так же детей начинают приобщать к подготовке занятий. Оценка деятельности преимущественно должна быть направлена на анализ их активности, умения действовать сообща, а также на правильность выполнения упражнений.

Во второй младшей группе детей учат строиться – подгруппами и всей группой – в колонну по одному, в одну шеренгу, круг, находить своё место в строю. В первой половине года инструктор по ФК оказывает детям помощь, используя зрительные ориентиры, а в дальнейшем малыши учатся находить своё место самостоятельно.

К общеразвивающим упражнениям детей четвертого года жизни предъявляются более высокие требования с точки зрения качества выполнения (не сгибать колени при наклонах, подниматься на носки и др.).

1.5. Планируемые результаты освоения рабочей программы

Планируемые результаты освоения рабочей программы к 3 годам

1.	У ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки;
2.	Ребенок повторяет за взрослым простые имитационные упражнения;
3.	Ребенок понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам;
4.	Ребенок с желанием играет в подвижные игры.

Планируемые результаты освоения рабочей программы к 4 годам

1.	Ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
2.	Ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические

	движения под музыку;
3.	Ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;
4.	Проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание, ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм
5.	Ребенок выполняет простейшие правила построения и перестроения.
6.	Ребенок проявляет интерес к правилам безопасного поведения;
7.	Ребенок имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье.

1.6. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения планируемых результатов

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценка индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Педагогическая диагностика (мониторинг) проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности.

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Результаты педагогической диагностики Индивидуальные достижения обучающихся по образовательной области "Физическое развитие»	Методы: *Наблюдение *проблемная (диагностическая) Ситуация *беседа Формы: *индивидуальная *подгрупповая *групповая	2 раза в год	1 месяц	Начало учебного года / май

В группах раннего возраста диагностика индивидуального развития детей проводится 2 раза в год на основе метода наблюдения: на этапе поступления (стартовая диагностика) в ДОО и в конце учебного года (завершающая диагностика).

На каждого ребенка заводится индивидуальная карта.

Индивидуальная карта развития

№	ФИО _____ Целевой ориентир	Старт			Финиш (май)		
		-	V	+	-	V	
1	У ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки						
2	Ребенок повторяет за взрослым простые имитационные упражнения						
3	Ребенок понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам						
4	Ребенок с желанием играет в подвижные игры						

Где:

- навык не сформирован

V навык в стадии формирования

+ навык сформирован.

По анализу полученных данных выстраивается взаимодействие с детьми: планируется индивидуальная работа, по показателям составляются индивидуальные образовательные маршруты как для успешного освоения образовательной Программы.

2. Содержательный раздел

2.1. Содержание образовательной деятельности Физическое развитие.

2.1.1 Группа раннего возраста

Физическое развитие.	
Основные задачи	обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения; развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве; поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;

	формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям; укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.
<i>Направления</i>	<i>Содержание образовательной деятельности.</i>
Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).	Педагог формирует умение организованно выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребёнка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки. <i>Основные движения:</i> бросание, катание, ловля: скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50-100 см), под дугу, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100-125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребёнка с расстояния 1-1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м; ползание и лазанье: ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3-4 м (взяв её, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30-40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом; ходьба: ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); в рассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки; бег: бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40-30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20-30-40 секунд; медленный бег на расстояние 40-80 м; прыжки: прыжка двумя ногами на месте (10-15 раз); с продвижением вперед, через 1-2 параллельные линии (расстояние 10-20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20-30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребёнка на 10-15 см; упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10-

	15 см); ходьба по извилистой дорожке (2-3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте. В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения. Общеразвивающие упражнения: упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса: поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребёнку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине; упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника: сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое; музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание «пружинка», приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения. Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе, сидя на стуле или на скамейке.
2) Подвижные игры:	педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).
3) Формирование основ здорового образа жизни:	педагог формирует у воспитанников полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной

	гигиены); поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закаливающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.
--	--

2.1.2 Младшая группа. 3 - 4 года

Физическое развитие.	
<i>Основные задачи</i>	обогащать двигательный опыт воспитанников, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре; развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал; формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; укреплять здоровье воспитанников средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.
<i>Направления</i>	<i>Содержание образовательной деятельности.</i>
1) <i>Основная гимнастика</i> (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).	Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре. Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки. 1) <i>Основная гимнастика</i> (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения). Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от

	педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку; ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола; ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом; бег: бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50–60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120-150 м; прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см); упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой. Общеразвивающие упражнения: упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); перекладывание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени;
--	--

2) <i>Подвижные игры:</i> 3) <i>Строевые упражнения:</i>	наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад; музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; имитационные движения – разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее). Строевые упражнения: педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, врассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием. Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).
	педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает). педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей. Катание на санках: по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки. Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием. Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево. Плавание: погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.
4) <i>Формирование основ здорового образа жизни:</i>	педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты,

	аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).
5) <i>Активный отдых.</i>	Физкультурные досуги: досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения. Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

2.2 Задачи воспитания

Ценности	«Жизнь», «Здоровье»
Задачи воспитания	• Воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека. • Формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни. • Становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам. • Воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств. • Приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития • Формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

2.2.1. Рабочая программа воспитания ОО Физическое развитие

1 Целевой раздел	
Цель	Формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными навыками и правилами безопасности
Ценности	Жизнь, здоровье
Целевые ориентиры	Понимающий ценность жизни и здоровья, владеющий основными способами

воспитания детей раннего возраста (к трем годам) ОО Физическое развитие	укрепления здоровья- физическая культура, закаливание, утренняя гимнастика, личная гигиена, безопасное поведение и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества
2. Содержательный раздел	
Задачи воспитания ОО Физическое развитие	Решение задач воспитания в рамках ОО Физическое развитие направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает: -формирование у ребенка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре; -становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническими нормами и правилами; -воспитание активности, самостоятельности, уверенности.
Формы деятельности сотрудничества с родителями (законными представителями) в процессе воспитательной работы	-родительское собрание; -опрос; -мастер-класс; -анкета; -консультация -стенд
События образовательной организации ОО Физическое развитие	-проекты воспитательной направленности -праздники -общие дела
Совместная деятельность в образовательных ситуациях ОО Физическое развитие	-ситуативная беседа, совет, вопрос; -заучивание потешек для подвижных игр и упражнений; -организация выставок семейных фотографий спортивной направленности
Организация предметно-пространственной среды	-компоненты среды, обеспечивающие ребенку возможности для укрепления здоровья, раскрывающие смысл здорового образа жизни, физической культуры (физкультурное оборудование, спортивный инвентарь); -компоненты среды, предоставляющие ребенку возможность погружения в культуру России, знакомства с особенностями традиций многонационального русского народа. (потешки, атрибуты к народным подвижным играм, другое); -компоненты среды, обеспечивающие детям возможность общения, игры и совместной деятельности (спортивный инвентарь)
3 Организационный раздел	
Нормативно-методическое	Практическое руководство «Воспитателю о воспитании» электронный ресурс институт воспитания рф.

обеспечение.	
--------------	--

2.3. Интеграция с другими образовательными областями

Процесс интеграции представляет собой объединение в единое целое ранее разрозненных компонентов и элементов системы на основах взаимозависимости и взаимодополняемости. Принцип интеграции образовательных областей выступает как основополагающий принцип работы ДОУ. В педагогической науке понятие «интеграция в сфере образования» определяется как средство и условие достижения целостности мышления. Интегративный подход дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности.

Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»	Создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и прочее. Побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников. Побуждение к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой.
Образовательная область «Познавательное развитие»	Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представление о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья. Измерение (измерение расстояния условными мерками, подсчет количества движений, ориентировка в пространстве, придумывание новых образных названий упражнениям, выполнение различных упражнений, отражающих сезонные явления, природы, выполнение упражнений под музыку).
Образовательная область «Речевое развитие»	Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды упражнений): развивать звуковую интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх. Развивать умение понимать обращенную речь с опорой и без опоры на наглядность при выполнении физических упражнений и в подвижных играх: обогащать словарь детей за счет расширения представлений о физических упражнениях, зимних и летних видах спорта, подвижных игр и эстафет, развивать умение соблюдать этику общения в условиях коллективного взаимодействия.
Образовательная Область «Художественно-эстетическое развитие»	Организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетных физкультурных занятий на тем прочитанных сказок, потешек. Отражение впечатлений детей прослушанных и знакомых произведений, литературных героях событий на физкультурных занятиях и вечерах досуга; спортивных праздниках и подвижных играх; освоение элементов танца ритмопластики для создания танцевальных композиций спортивного направления.

2.4. Годовой план работы инструктора по физической культуре на текущий год.

2.4.1. Взаимодействие с воспитателями

Инструктор по физической культуре оказывает консультативную помощь воспитателям по различным вопросам физического развития детей. Совместно проводят педагогическую диагностику физического развития детей, планируют работу в рамках ОО «Физическое развитие», работу с родителями по данному направлению.

В образовательной деятельности инструктор по физической культуре проводит занятие, воспитатель следит за качеством выполнения ОРУ и ОВД, оказывает помощь детям при выполнении упражнений, страховку и т.д.

План взаимодействия инструктора по физической культуре с воспитателями детей раннего и младшего дошкольного возраста

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Ознакомление педагогов с результатами диагностики и физической подготовленности детей	Ноябрь Май	Инструктор по физической культуре
2.	Разработка рекомендаций и по индивидуальной работе на учебный год и на летний период с детьми, имеющими отклонение в состоянии здоровья (на основании тестовой диагностики)	Ноябрь Май	Инструктор по физической культуре
3.	Проведение Консультации для воспитателей на тему: «Взаимодействие инструктора с педагогами ДОУ по вопросам физического воспитания, сохранения и укрепления здоровья детей»	Ноябрь Май	Инструктор по физической культуре
4.	Разработка сценариев для проведения физкультурных развлечений	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
5.	Составление картотек подвижных и малоподвижных игр на прогулке для детей	Декабрь	Инструктор по физической культуре
6.	Изготовление информационных буклетов о здоровом образе жизни	Декабрь Январь	Инструктор по физической культуре
7.	Подобрать комплексы утренних и после сна гимнастик для детей	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
8.	Открытый показ занятия с элементами русских народных подвижных игр для педагогов	Декабрь	Инструктор по физической культуре
9.	Мастер-класс «Будем играть здоровье укреплять»	Январь	Инструктор по физической культуре
10.	Смотр-конкурс «Зимний участок-территория здоровья» постройки из снега. (если позволяют климатические условия)	Февраль	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
11.	Проведение Консультации на тему: «Воздействие подвижных игр с элементами спорта на развитие особенностей детей»	Март	Инструктор по физической культуре
12.	Конкурс «Лучший физкультурный уголок в группе»	Апрель	Воспитатели групп
13.	Проведение Консультации на тему:	Май	Инструктор по

	«Особенности организации физкультурно-оздоровительной работы в летний период с детьми»		физической культуре
14.	Пополнение ППРС в физкультурных уголках нестандартным физкультурным оборудованием	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели
15.	Ознакомление педагогов с новинками методической литературы по физкультурно-оздоровительному направлению	В течение года	Инструктор по физической культуре
16.	Участие в педагогических советах	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели
17.	Регулярно информировать о физкультурно-оздоровительной Работе	В течение года	Инструктор по физической культуре
18.	Подготовка совместных развлечений	В течение года	Инструктор по физической культуре
19.	Физкультурно-оздоровительная работа Занятия «Здоровый педагог»	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп

2.4.2 Взаимодействие с помощником воспитателя

Способствует соблюдению санитарно-гигиенических требований при организации работы по физическому развитию дошкольников.

2.4.3 Взаимодействие с педагогом-психологом

Дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, поэтому необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с невротами и другими нервно-психическими расстройствами.

В физкультурные занятия и развлечения включают игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

План взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогом-психологом

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Обследование уровня развития двигательной сферы детей, сформированности движений и пространственных представлений	Ноябрь Май	Педагог-психолог Инструктор по физической культуре
2.	Беседа. Диагностика интереса к физическим упражнениям	Декабрь	Педагог-психолог
3.	Изучение психофизиологических особенностей детей, их интересов и целью выработки рекомендаций и Проведения индивидуальных занятий	Декабрь	Педагог-психолог Инструктор по физической культуре
4.	Консультация для инструктора на тему: «Упражнения для развития мелкой моторики» и оформления папки для родителей.	Ноябрь	Педагог-психолог
5.	Консультация для инструктора на тему «Психолого-педагогические аспекты	Декабрь	Педагог-психолог

	двигательного развития ребенка»		
6.	«О здоровье всерьез» Помощь в подготовке консультации для проведения родительского собрания	Январь	Педагог-психолог Инструктор по физической культуре
7.	Консультация для инструктора на тему: «Развитие двигательных умений и навыков у дошкольников через подвижные игры»	Февраль	Педагог-психолог
8.	Ознакомление и внедрение комплексов упражнений, направленных на развитие координации движений.	В течение года	Педагог-психолог Инструктор по физической культуре
9.	Рекомендации для инструктора на тему: «Дети с отклонениями в физическом развитии»	В течение года	Педагог-психолог

2.4.4. Взаимодействие с музыкальным руководителем

Музыка является одним из средств физического воспитания. Она положительно воздействует на эмоции детей, создает хорошее настроение, помогает активизировать умственную деятельность, способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике, способствует развитию внимания, чувства ритма.

Совместно с музыкальным руководителем подбирается музыкальный материал для использования на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, досугах и развлечениях, праздниках. На физкультурных занятиях закрепляются музыкально-ритмические движения, разученные на музыкальных занятиях.

План взаимодействия инструктора по физической культуре с музыкальным руководителем

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Подбор музыки для использования ее в образовательной деятельности в режимных моментах (утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры и т.д.)	В течение года	Музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре
2.	Закрепление танцевальных шагов в физкультурных занятиях.	В течение года	Инструктор по физической культуре
3.	Подбор игр соревновательного характера для музыкальных праздников	В течение года	Музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре
4.	Помощь в подготовке и проведении праздников	В течение года	Инструктор по физической культуре
5.	Использование на физкультурных занятиях танцевальных шагов: боковой галоп, пружинящий шаг, приставной и переменный шаги.	В течение года	Инструктор по физической культуре
6.	Подбор музыкального сопровождения для спортивных праздников и Досугов	В течение года	Музыкальный руководитель

2.4.5 Взаимодействие с медицинским персоналом.

В начале учебного года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются карты здоровья, физического развития детей.

2.4.6. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках образовательной области «Физическое развитие»

Основной целью взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) воспитанников ДОО является «установление доверительного делового контакта» между семьей и ДОО.

Для достижения этой цели осуществляется дифференцированный подход в работе с семьей, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка и их воспитательных установок, и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями.

В соответствии с ФОП в ДОО организована система профессиональной поддержки и помощи родителям (законным представителям) в воспитании и обучении детей, охране и укреплении их здоровья, состоящая из консультативных, просветительских, обучающих направлений работы педагогов ДОО

Деятельность инструктора по физкультуре по построению взаимодействия с родителями (законными представителями) детей раннего возраста

Направление	Деятельность инструктора
диагностико-аналитическое	получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, ее запросах в отношении охраны здоровья и развития ребенка; об уровне компетенции родителей (законных представителей) по вопросам особенностей физического развития детей раннего возраста; планирование работы с семьей с учетом проведенного анализа
просветительское	просвещение родителей (законных представителей) по повышению уровня компетенции в вопросах здоровьесбережения ребенка: информирование о фактах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребенка (рациональная организация режима дня для ребенка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребенком и другое) информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей раннего возраста, а также о возможностях ДОО в решении данных задач; знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями проводимыми в ДОО
консультационное	консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребенком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и другом

План взаимодействия с родителями детей раннего дошкольного возраста

Дата	Форма работы	Тема	Цель
Ноябрь	Родительское собрание	«Давайте познакомимся»	Рассказать, что в ДОО дети занимаются физкультурой с инструктором, о целях и задачах физического развития в раннем возрасте, о том, как надо подготовить ребенка к занятиям.
	Консультация-передвижка	«Чему научатся дети в учебном году»	Познакомить с планируемыми результатами освоения программы по физическому развитию
Декабрь	Опрос	«Об уровне компетенции родителей (законных представителей) по вопросам особенностей физического развития детей раннего возраста»	Определить уровень компетентности в вопросах физического развития детей раннего возраста
	Консультация	«Для чего ребенку соблюдать режим дня» «Причины возникновения плоскостопия, его лечение и меры профилактики».	Рассказать о необходимости соблюдения режима дня дома, влиянии соблюдения (не соблюдения) режима дня на здоровье детей раннего возраста Подготовить презентацию/папку-передвижку
Январь	Презентация	«Закаливание детей»	Рассказать о пользе раннего закаливания детей, познакомить со способами закаливания
	Обмен опытом	«Делай как я!»	Обмен опытом между родителями(законными представителями) о способах закаливания, применяемых в семьях.

Февраль	Консультация	«Домашний стадион»	Познакомить с тем, как оборудовать спортивный уголок для детей раннего возраста дома
Март	Мастер-класс	«Тропа здоровья»	Изготовление массажных ковриков из подручных материалов.
	Консультация	«Вместе весело играть»	Знакомить с подвижными играми детей раннего возраста в весенний период
Апрель	Консультация-передвижка	«Чистота- залог здоровья»	Дать информацию о воспитании гигиенических навыков у детей раннего возраста
	Фотовыставка (от родителей)	«Дружим с Мойдодыром»	Воспитание гигиенических навыков в семьях
	Мероприятие	«Привлечение к участию в празднике «День здоровья»»	Сценарий
Май	Консультация	«Топ-топ, топает малыш»»	Рассказать о пользе пеших прогулок
	Мастер-класс	«Волшебный мяч»	Показать полезные упражнения на фитбол-мяче для укрепления здоровья детей раннего возраста

План работы с родителями детей младшего возраста

№ п/п	Форма и содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Консультация на тему «Что нельзя делать в дошкольном возрасте»	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
	Выступление на родительском собрании с темой «Физкультурно-оздоровительная работа, проводимая с детьми в течение учебного года»	В течение года	Инструктор по Физической культуре
2.	Консультация на тему: «Как	Декабрь	Инструктор по физической

	заинтересовать ребенка занятиями физкультурой»		культуре
	Выставка рисунков «Осенняя спортивная пора»		Инструктор по физической культуре
3.	Консультация на тему: «Веселая физкультура в семье»	Январь	Инструктор по физической культуре
	Организовать информационную галерею - стендов «Физическое развитие дошкольников»		Инструктор по физической культуре
	Представление наглядной информации на стенде «Физкульт-новости» (фото, картинки, дипломы и т.л.)	В течение года	Инструктор по физической культуре
4.	Консультация на тему: «Подвижная игра с правилами»	Февраль	Инструктор по физической культуре
5.	Оформление спортивного стенда с информацией для родителей	Март	Инструктор по физической культуре
6.	Индивидуальные рекомендации	В течение года	Инструктор по физической культуре
7.	Консультация- передвижка «Чистота- залог здоровья» Мероприятие «Дружим с Мойдодыром»	Апрель	Инструктор по физической культуре
8.	Консультация «Топ-топ, топают малыши»»	Май	Инструктор по физической культуре

2.5. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Образовательная деятельность в ДОО включает:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (предметной, игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, двигательной);
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями воспитанников по реализации образовательной программы ДОО.

Образовательная деятельность организуется как совместная деятельность детей, педагога и детей, самостоятельная деятельность детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, педагог может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности.

Согласно требованиям СанПиН в режиме дня ДОО предусмотрено время для проведения занятий.

2.6. Комплексно-тематическое планирование

Построение всего образовательного процесса происходит вокруг одной центральной темы. Это дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. Выделение основной темы периода не означает, что абсолютно вся деятельность детей должна быть посвящена этой теме. Цель введения основной темы периода - интегрировать образовательную деятельность и избежать неоправданного дробления детской

деятельности по образовательным областям.

Месяц	Тема	Неделя	Сроки	Тема	Народный календарь/ праздничные даты
Ноябрь	Я-ты-он-она – вместе целая страна.	4-5	25.11.2024-1.12.2024	«День матери»	26 ноября: День матери в России
Декабрь	Здравствуй гостя Зима.	1	04.12.2024-08.12.2024	«Зимушка-зима»	8 декабря: Международный день художника
		2	11.12.2024-15.12.2024	«Зимующие птицы»	
		3	18.12.2024-22.12.2024	«В лесу родилась елочка»	
		4-5	25.12.2024-29.12.2024	«Приключение деда Мороза в новогоднюю ночь»	31 декабря: Новый год.
Январь	Новый год шагает по планете.	2	08.01.2025-12.01.2025	«Зимние забавы»	
		3	15.01.2025-19.01.2025	«Зима в городе»	
		4	22.01.2025-26.01.2025	«Если хочешь быть здоров»	
		5	29.01.2025-02.02.2025	«День Снеговика»	
Февраль	Традиции русского народа	1	05.02.2025-09.02.2025	«Игрушки»	
		2	12.02.2025-16.02.2025	«Народное творчество»	
		3	19.02.2025-23.02.2025	«День защитника Отечества»	
		4	26.02.2025-01.03.2025	«Русские народные игры»	
Март	Путешествие в мир весны	1	04.03.2025-08.03.2025	«Мама всякие нужны, мамы всякие важны!»	8 марта: Международный женский день
		2	11.03.2025-15.03.2025	«Тает снег, бегут ручьи..»	
		3	18.03.2025-22.03.2025	«Подводный мир»	
		4	25.03.2025-29.03.2025	«Пробирается медведь сквозь лесной валежник»	27 марта: Всемирный день театра.
Апрель	В здоровом теле – здоровый дух!	1	01.05.2025-05.04.2025	«День здоровья»	
		2	08.04.2025-12.04.2025	«День Космонавтики»	
		3	15.04.2025-	«Международный день	

Май	Санкт-Петербург-знать не столица, но красотой и подвигом гордится		19.04.2025	детской книги»	
		4	22.04.2025-26.05.2025	«Цветущая весна»	
		1	29.05.2025-03.05.2025	«ПДД»	
		2	06.05.2025-10.05.2025	«День Победы	
		3	13.05.2025-17.05.2025	«Наша родина Россия»	
		4-5	20.05.2025-31.05.2025	«День города»	27 мая День города Санкт-Петербург

2.7. Культурно-досуговая деятельность

Форма работы	Месяц	Группа	Название
Мероприятия/досуги Дни здоровья, другое	ноябрь	Группа раннего возраста/младшие группы	«Курочка ряба» «День Здоровья»
	декабрь	Группа раннего возраста/младшие группы	«Зимние забавы»
	январь	Группа раннего возраста/младшие группы	«Вот зима пришла»
	февраль	Группа раннего возраста/младшие группы	«Веселый зоопарк» «День Здоровья»
	март	Группа раннего возраста/младшие группы	«Теремок»
	апрель	Группа раннего возраста/младшие группы	«День здоровья» «День космонавтики»
	май	Группа раннего возраста/младшие группы	«Колобок»
	июнь	Группа раннего возраста/младшие группы	«Путешествие в спортивное лето на чудо-парашюте»
	июль	Группа раннего возраста/младшие группы	«Веселый обруч»
	август	Группа раннего возраста/младшие группы	«Туристический поход»

2.8. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы (КРР) ОО Физическое развитие

С детьми раннего возраста КРР в ДОО направлена на обеспечение коррекции нарушений развития у различных детей (целевые группы), включая:

- часто болеющих детей,
- детей, испытывающих трудности в освоении образовательных программ, развитии, адаптации,
- детей «группы риска», оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

Целевая группа	Направление работы
Часто болеющие дети	Часто болеющие дети характеризуются повышенной заболеваемостью острыми респираторными инфекциями, которые не связаны с врожденными и наследственными состояниями, приводящими к большому количеству пропусков ребенком в посещении ДОО. Детям, находящиеся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющим детям, свойственны: быстрая утомляемость, длительный период восстановления после заболевания и (или) его обострения (не менее 4-х недель), специфические особенности межличностного взаимодействия и деятельности (ограниченность круга общения больного ребенка, объективная зависимость от взрослых, стремление постоянно получать от них помощь). У таких детей в итоге появляются сложности в освоении программы и социальной адаптации. Направленность КРР: - снижение тревожности; - помощь в решении поведенческих проблем; - создание условий для успешной социализации, оптимизации межличностного взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Включение часто болеющих детей в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основании медицинского заключения и рекомендаций ППК по результатам психолого педагогической диагностики.
Дети, испытывающие трудности в освоении образовательных программ, развитии, адаптации.	В эту группу могут входить дети мигрантов, испытывающие трудности с пониманием государственного языка российской Федерации на дошкольном уровне образования. Направление КРР: создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребенку. Психолого-педагогическое сопровождение детей данной целевой группы осуществляется в контексте общей программы адаптации ребенка к ДОО. В случаях выраженных проблем социализации, личностного развития и общей дезадаптации ребенка, его включают в программу КРР на основе заключения ППК или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.
Обучающиеся «группы риска»	Дети проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных появлений (импульсивность, агрессивность) Направленность КРР с обучающимися, имеющими девиации развития и поведения в раннем возрасте: помощь в решении поведенческих проблем;

формирование адекватных, социально приемлемых способов поведения; развитие рефлексивных способностей; совершенствование способов саморегуляции.

Включение ребенка «группы риска» в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого- педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.

3.Организационный раздел.

3.1. Физкультурно-оздоровительная работа

В группе проводится постоянная работа по укреплению здоровья детей, закаливанию и совершенствованию его функций. Под руководством медицинского персонала осуществляется комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды, с учетом состояния здоровья детей и местных условий. При проведении закаливающих мероприятий осуществляется дифференцированный подход к детям, учитываются их индивидуальные возможности. Обращается внимание на выработку у детей правильной осанки. В помещении обеспечивается оптимальный температурный режим, регулярное проветривание; детей приучают находиться в помещении в облегченной одежде. Обеспечивается пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня. Обеспечивается оптимальный двигательный режим – рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет менее 60% от всего времени бодрствования.

Ежедневно проводится с желающими детьми утренняя гимнастика. В процессе образовательной деятельности, требующей высокой умственной нагрузки, и в середине времени, отведенного на занятия, проводятся физкультминутки длительностью 1-3 минуты.

Режим двигательной активности воспитанников в ДОО

Форма организации двигательной Деятельности	Группы, особенности организации, продолжительность			
	Группа раннего возраста		Младшая группа	
	В день	В неделю	В день	В неделю
Утренняя гимнастика	10 минут	50 минут	10 минут	50 минут
Занятия по физическому развитию (3 раза в неделю)	10 минут	30 минут	15 минут	45 минут
Двигательная активность (музыкально-ритмические движения, игры)*(1)	2 раза в неделю 4-5 минут	8-10 минут	2 раза в неделю 4-5 минут	8-10 минут
Физкультминутки * (2)	1-2 минуты	5-10 минут	2 минуты	10 минут
Динамическая пауза между занятиями * (3)	10 минут	10 минут	10 минут	10 минут
Самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке	10-15 минут	50-75 минут	10-15 минут	50-75 минут
Гимнастика после дневного сна	4-5 минут	20-25 минут	5 минут	25 минут
Индивидуальная работа по	10 минут	10 минут	10 минут	10 минут

развитию движений в группе				
Физкультурные досуги, праздники, развлечения	1-2 раза в месяц 10-20 минут			
Дни здоровья	1 раз в квартал			

* (1) считается время всего занятия без пения.

* (2) физкультминутки проводятся 2-3 минуты во второй половине занятия с высокой умственной активностью и в общее время занятия не входят.

* (3) перерывы между занятиями.

- Если занятие по физическому развитию в какой-то день отсутствует, то организованная двигательная деятельность на прогулке считается по максимуму.

3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Предметно-пространственная среда физкультурного зала предполагает специально созданные условия, такие, которые необходимы для полноценного проживания ребенком дошкольного детства. Пространство зала приспособлено для удовлетворения ребенком потребности в познании, общении, физическом и духовном развитии.

При проектировании РППС учитываются местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия; возраст уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования; задачи образовательной программы для детей раннего возраста.

РППС соответствует требованиям ФГОС ДО, образовательной программе ДОО, возрастным особенностям детей; воспитательному характеру обучения детей; требованиям безопасности и надежности.

Наполняемость РППС спортивного зала

Вид помещения, функциональное использование	Образовательная область	Вид	Оснащение
Зал	Физическое развитие	Спортивный инвентарь атрибуты. Спортивное оборудование.	Пособия для выполнения физических упражнений: ✓ мячи (27шт) ✓ теннисные мячи (15шт) ✓ массажные мячи (10шт) ✓ мячи для сухого бассейна ✓ мешочки с песком(16 шт.) ✓ обручи мал. диаметра (25 шт.) ✓ обручи большого диаметра (15шт) ✓ ленточки (50шт) ✓ палки гимнастические (30шт.) ✓ кубики(44шт.) ✓ султанчики (50шт.) ✓ флажки(60шт.) ✓ кегли, ✓ кольцоброс (3 шт.) ✓ плоские кольца(22шт.) ✓ атрибуты для подвижных игр (маски, шапочки, игрушки) ✓ скакалки короткие (2 шт.) ✓ скакалки длинные (2 шт.) ✓ конусы (8 шт.) ✓ волейбольная сетка (1шт) ✓ ракетки для бадминтона (4 шт.) ✓ воланчики (10шт.) ✓ фитбол мячи (5шт) ✓ хоккейные клюшки (12шт.) ✓ шайбы (12шт) ✓ городки ✓ футбольные ворота (2шт.) ✓ гимнастические скамейки(4 шт.) ✓ шведские стенки (7шт.) ✓ ребристые доски (2 шт.) ✓ гимнастические доски (2 шт.) ✓ мишени для метания (2шт) ✓ баскетбольная корзина (2шт) ✓ нестандартное оборудование (парашют, карусель..) ✓ дидактические игры
		Технические устройства	• Ноутбук

		Звуковая аппаратура	Музыкальная портативная колонка
--	--	---------------------	---

4. Приложения:

Приложение №1

Перечень музыкальных произведений

Группа раннего возраста

Музыкально-ритмические движения.	"Дождик",	муз. и сл. Е. Макшанцевой
	"Воробушки",	муз. И. Арсеева, сл. И. Черницкой
	"Погремушка, попляши",	
	"Колокольчик",	
	"Погуляем",	
	"Вот как мы умеем"	муз. Е. Тиличевой, сл. Н. Френкель

Младшая группа 3-4 года.

Игровые упражнения, ходьба и бег под музыку	«Марш и бег»	А. Александрова
	«Скачут лошадки»	муз. Т. Попатенко
	«Шагаем как физкультурники»	муз. Т. Ломовой
	«Топотушки»	муз. М. Раухвергера
	«Птички летают»	муз. Л. Банниковой
	«Вальс-шутка»	Д. Шостакович
	игра в жмурки	Р. Шуман

Календарно-перспективный план на 2024-2025 учебный год

Группа раннего возраста

месяц	Организация образовательной деятельности			Планируемые результаты
	Цели, задачи	ОРУ	П.и	
ноябрь	Упражнять в прыжках в длину с места, бросании мешочков на дальность правой и левой рукой. Учить детей ходьбе по кругу взявшись за руки, упражнять в ползании на четвереньках. Учить ходить в разных направлениях не наталкиваясь, упражнять в ходьбе по наклонной	С мешочком, на стульях, с мячом, с обручем с кубиком, с флажками, с погремушкой	«Солнышко и дождик» «Кошка и мышки», «Поезд», «Воробушки и автомобиль», «Зайка беленький сидит»	Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади, ползать на четвереньках, прыгать на двух ногах на месте, иметь элементарное представление о ценности здоровья, пользе закаливания, уметь взаимодействовать со сверстниками, уметь делиться с товарищем; иметь опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.
декабрь	Ходить и бегать врассыпную, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках. Мягко прыгать на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча. Катать мяч друг другу, выдерживая направление. Ползать под дуги, под шнур. Закреплять умение ходить в колонне по одному.	Без предметов, с кольцом, с мячом, с платочками, на стульях, с флажком, с лентой, с шишкой	«Поезд», «Жуки», «Самолеты», «Зайка беленький сидит», «Кто тише», «Пузырь», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».	Уметь бегать, сохранять равновесие, изменяя направление, темп с указанием воспитателя, сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади, ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявлять интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявлять умение взаимодействовать и ладить со

	Совершенствовать навык бросания на дальность из-за головы.			сверстниками в непродолжительной совместной игре.
январь	Упражнять в лазании по гимнастической стенке, закреплять умение бросать в горизонтальную цель правой и левой рукой, учить ползать по гимнастической скамейке, способствовать развитию чувства равновесия и ориентировки в пространстве. Упражнять в прыжках с продвижением вперед. Прокатывать мяч вокруг предмета, друг Другу. Ползать под дугу, не касаясь руками пола.	С погремушкой, с кубиками, с шишками, с лентой, с обручем	«Кролики», «Коршун и цыплята», «Обезьяны», «Жуки», «Мой веселый звонкий мяч», «Найди свой домик», «Мыши в кладовой».	Уметь бегать, сохранять равновесие, изменяя направление, темп с указанием воспитателя, сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади, владеть основными движениями по возрасту, стремиться самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, уметь занимать себя игрой.
февраль	Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не опуская головы, сохраняя направление движения. Приучать действовать совместно. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить бросать мяч двумя руками разными способами (из-за головы, через веревку) Учить подлезать в воротца Учить реагировать на сигналы	На стуле, с флажками, без предметов, с платочком, с погремушкой, с кубиком, с шишкой	«Лохматый пес», «Догони меня», «Поезд», «Маленькие ножки бегут по дорожке» «Кошка и мышки»	Сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади, при перешагивания через предметы, ползать на четвереньках произвольным способом, прыгать на двух ногах энергично отталкиваясь, катать мяч в заданном направлении; проявлять положительные эмоции при физической активности, соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимать, что надо дружить, помогать друг другу.

	«беги», «бросай», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.			
март	Учить детей ходить и бегать свободно, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Обучать умению отталкиваться двумя ногами в прыжках через две параллельные линии Учить бросать мяч через сетку Учить правильному хвату руками за рейку при влезании на наклонную лестницу.	С обручем, с мешочком, на стульях, с флажком, с платочком, без предметов.	«Самолеты», «Пузырь», «Болото» «Солнышко и дождик», «Мой веселый звонкий мяч»	Уметь бегать, сохранять равновесие, изменяя направление, темп с указанием воспитателя, ползать на четвереньках, лазить по лестнице -стремянке произвольным способом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину, катать мяч ударять мяч и ловить. Проявлять положительные эмоции при физической активности, иметь элементарное представление о ценности здоровья, уметь действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовать движения.
апрель	Закреплять у детей умение ходить по гимнастической скамейке, прыгать с нее. Учить бросать и ловить мяч, закреплять умение прыгать в длину с места, совершенствовать ходьбу по наклонной доске.	На гимнастической скамейке, с кубиками, без предметов, с лентой, с обручем	«Тишина», «Мы топаем ногами» «Солнышко и дождик», «Птички в гнездышках», «Воробушки и автомобиль», «Пузырь».	Уметь ходить по прямой не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, сохранять равновесие, изменяя направление, темп с указанием воспитателя, сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади, ударять мяч и ловить; соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимать, что надо дружить, помогать друг другу.
май	Упражнять в ходьбе и в беге с	Без	«Мой веселый	Уметь бегать, сохранять

	остановкой по сигналу, в колонне по одному, врассыпную. Упражнять в перепрыгивании через шнур, в равновесии, в подбрасывании и ловле мяча. Влезать на наклонную лестницу не пропуская реек. Приучать быстро реагировать на сигнал.	предметов, с кольцом, с мячом, с флажками, с платочком, с обручем, с мячом.	звонкий мяч», «Огуречик, огуречик...», «Найди свой цвет», «Воробьи и кот», «Коршун и наседка».	равновесие, изменяя направление, темп с указанием воспитателя, ползать на четвереньках, лазить по лестнице — стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать вверх 2-3 раза подряд и ловить. Проявлять положительные эмоции при физической активности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим.
--	--	--	---	--

Младшая группа.

месяц	Организация образовательной деятельности			Планируемые результаты
	Цели, задачи	ОРУ	П.и	
ноябрь	Сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади. Учить мягко приземляться в прыжках, прыгать из обруча в обруч, приземляться на полусогнутые ноги, прокатывать мяч, ловить и бросать. Ползать под дугу на четвереньках.	Без предметов, на стульях, с обручем с кубиком, с флажками.	«Мыши в кладовой», «Где спрятался мышонок?», «Трамвай», «Найди Свой домик».	Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади, ползать на четвереньках, прыгать на двух ногах на месте, иметь элементарное представление о ценности здоровья, пользе закаливания, уметь взаимодействовать со сверстниками, уметь делиться с товарищем; иметь опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.
декабрь	Ходить и бегать врассыпную,	Без предметов, с	«Лягушки»,	Уметь бегать, сохранять равновесие,

	сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках. Мягко прыгать на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча. Катать мяч друг другу, выдерживая направление. Ползать под дуги, под шнур.	кольцом, с мячом, с платочками	«Лошадки», «Поезд», «Птички и птенчики», «Воробьи и кот», «Найди свой цвет».	изменяя направление, темп с указанием воспитателя, сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади, ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявлять интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявлять умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.
январь	Ходить и бегать враспынную при спрыгивании, с остановкой по сигналу. Познакомить с перестроением и ходьбой парами, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске. Упражнять в прыжках с продвижением вперед. Прокатывать мяч вокруг предмета, друг Другу. Ползать под дугу, не касаясь руками пола.	С обручем, с мячом, без предметов, с платочками	«Кролики», «Коршун и цыплята», , «Мой веселый звонкий мяч», «Найди свой домик», «Мыши в кладовой».	Уметь бегать, сохранять равновесие, изменяя направление, темп с указанием воспитателя, сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади, владеть основными движениями по возрасту, стремиться самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, уметь занимать себя игрой.
февраль	Ходить и бегать в рассыпную, в колонну по одному, выполняя задания. Мягко прыгать на полусогнутые ноги. Прокатывать мяч друг другу, бросать мяч через шнур. Ползать под шнур и обруч, не касаясь руками пола. Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске.	С кольцом , с обручем, Без предметов, с мячом	«Птички в гнездышках», «Воробьи и кот», «Найди свой цвет», «Лягушки».	Сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади, при перешагивания через предметы, ползать на четвереньках произвольным способом, прыгать на двух ногах энергично отталкиваясь, катать мяч в заданном направлении; проявлять положительные эмоции при физической активности, соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимать, что надо дружить, помогать друг другу.

март	Учить ходить и бегать по кругу, парами, враспынную, ходьба с перешагиванием через бруски. Ознакомить с прыжками в длину с места. Прыгать с продвижением вперед на двух ногах. Ползать по скамейке на ладонях и коленях. Бросать мяч о землю и ловить двумя руками. Учить правильному хвату руками за рейку при влезании на наклонную лестницу.	С кубиками, без предметов, с «косичкой», с мячом	«Кролики», «Серый заяк умывается», «Мой веселый, звонкий мяч», «Автомобили», «Мыши в кладовой».	Уметь бегать, сохранять равновесие, изменяя направление, темп с указанием воспитателя, ползать на четвереньках, лазить по лестнице -стремянке произвольным способом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину, катать мяч ударять мяч и ловить. Проявлять положительные эмоции при физической активности, иметь элементарное представление о ценности здоровья, уметь действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовать движения.
апрель	Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, в колонне по одному, враспынную. Ходить по доске с правильной осанкой. Влезать на наклонную лестницу. Бросать мяч о землю и ловить двумя руками.	На гимнастической скамейке с кубиками, без предметов, с косичкой, с обручем	«Тишина», «Огуречик», «Где спрятался мышонок», «Воробы и автомобиль». «По ровненькой дорожке» «Мы топаем ногами»	Уметь ходить по прямой не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, сохранять равновесие, изменяя направление, темп с указанием воспитателя, сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади, ударять мяч и ловить; соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимать, что надо дружить, помогать друг другу.
май	Упражнять в ходьбе и в беге с остановкой по сигналу, в колонне по одному, враспынную. Упражнять в перепрыгивании через шнур, в равновесии, в подбрасывании и ловле	Без предметов, с кольцом, с мячом, с флажками.	«Угадай, кто кричит», «Мыши в кладовой», «Огуречик, огуречик...», «Найди свои цвет»,	Уметь бегать, сохранять равновесие, изменяя направление, темп с указанием воспитателя, ползать на четвереньках, лазить по лестнице — стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя

	мяча. Влезать на наклонную лестницу не пропуская реек.		«Воробьи и кот», «Коршун и наседка».	руками, ударять об пол, бросать вверх 2-3 раза подряд и ловить. Проявлять положительные эмоции при физической активности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к, окружающим.
--	--	--	---	---

Перспективное планирование образовательной деятельности

Задачи ноября: формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям. Обучать ходьбе на носках, ходьбе с переходом на бег; прокатыванию мяча друг другу двумя руками сидя (раст. 50-100 см), прокатыванию мяча под дугу, в воротца, ходьбе по гимнастической скамейке. Упражнять в ползании по доске, лежащей на полу, прыжках на двух ногах на месте 10-15 раз.; ползанию по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см

№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Ноябрь № 1	Ходьба с переходом на бег	Бег между линиями, раст. Между линиями 40-40 см)	Прокатывание мяча под дугу, в воротца		Прыжки с продвижением вперед через 1-2 параллельные линии (раст 10-20 см)	

Задачи декабря: обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики. Обучать ходьбе на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; бегу за катящимся мячом; остановке катящегося мяча.; перешагивании линий. Упражнять в ходьбе переходом на бег, ходьбе по гимнастической скамейке. Поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом

№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Декабрь № 1,2	Ходьба с переходом на бег	Бег между линиями, раст. Между линиями 40-40 см)	Остановка катящегося мяча		Прыжки с продвижением вперед через 1-2 параллельные линии (раст 10-20 см)	Ходьба по гимнастической скамейке
Декабрь № 3,4	Ходьба с переходом на бег	Бег за катящимся мячом	Остановка катящегося мяча	Ползание по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см		
Декабрь № 5,6	Ходьба на месте, приставным шагом вперед, в сторону,	Бег за катящимся мячом	Передача мячей друг другу стоя			Ходьба по гимнастической скамейке

	назад					
Декабрь № 7,8	Ходьба на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад	Бег за катящимся мячом	Передача мячей друг другу стоя			Перешагивание линий
Задачи января: формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям. Развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве. Обучать ходьбе с предметом в руке (флажок, платочек, ленточка и другое), бегу с переходом на ходьбу и обратно; бросанию мяча от груди двумя руками снизу и из-за головы; ползанию по гимнастической скамейке, прыжкам в длину с места как можно дальше, через две параллельные линии 20-30 см. Упражнять в ходьбе на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; перешагивании линий.						
№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Январь № 1,2	Ходьба на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад	Бег с переходом на ходьбу и обратно	Бросание мяча от груди двумя руками снизу	Ползание по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см		
Январь № 3,4	Ходьба с предметом в руке (флажок, платочек, ленточка и другое)	Бег с переходом на ходьбу и обратно	Бросание мяча от груди двумя руками снизу		Прыжки в длину с места как можно дальше, через две параллельные линии 20-30 см	
Январь № 5,6	Ходьба с предметом в руке (флажок, платочек, ленточка и другое)	Бег с переходом на ходьбу и обратно	Бросание мяча от груди двумя руками из-за головы			Перешагивание линий
Январь № 7,8	Ходьба с предметом в руке (флажок, платочек, ленточка и другое)	Бег с переходом на ходьбу и обратно		Ползание по гимнастической скамейке	Прыжки в длину с места как можно дальше, через две параллельные линии	

					20-30 см	
Задачи февраля: формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям. Обучать ходьбе враспынную, непрерывному бегу в течении 20 сек; бросанию предмета в горизонтальную цель с расстояния 100-125 см двумя руками; прыжкам вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка на 10-15 см; перешагиванию предметов выс.10-15 см; ходьбе по извилистой дорожке. Упражнять в беге переходом на ходьбу и обратно, бросании мяча от груди двумя руками из-за головы.						
№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Февраль № 1,2	Ходьба враспынную	Бег с переходом на ходьбу и обратно	Бросание мяча от груди двумя руками из-за головы			Перешагивание предметов выс. 10-15 см
Февраль № 3,4	Ходьба враспынную	Непрерывный бег в течении 20 сек	Бросание предмета в горизонтальную цель с расстояния 100-125 см двумя руками	Ползание по гимнастической скамейке		
Февраль № 5,6	Ходьба враспынную	Непрерывный бег в течении 20 сек	Бросание предмета в горизонтальную цель с расстояния 100-125 см двумя руками		Прыжки вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка на 10-15 см	
Февраль № 7,8	Ходьба в заданном направлении	Непрерывный бег в течении 20 сек		Ползание по гимнастической скамейке		Ходьба по извилистой дорожке 2-3 м
Задачи марта: укреплять здоровье детей средствами физического воспитания. Обучать ходьбе между предметами, непрерывному бегу в течении 30 сек, бросанию предмета вдаль двумя руками; проползанию под дугой (30-40 см); ходьбе между линиями. Упражнять в ходьбе заданном направлении; прыжках вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка на 10-15 см; ходьбе по извилистой дорожке 2-3 м.						
№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Март № 1,2	Ходьба в заданном направлении	Непрерывный бег в течении 20 сек	Бросание предмета в горизонтальную цель с расстояния 100-125		Прыжки вверх, касаясь предмета, находящегося выше	

			одной рукой		поднятых рук ребенка на 10-15 см	
Март № 3,4	Ходьба в заданном направлении	Непрерывн ый бег в течении 30 сек	Бросание предмета в горизонтальн ую цель с расстояния 100-125 одной рукой	Проползание под дугой (30-40 см)		
Март № 5,6	Ходьба между предметами	Непрерывн ый бег в течении 30 сек	Бросание предмета вдаль двумя руками			Ходьба по извилистой дорожке 2-3 м
Март № 7,8	Ходьба между предметами	Непрерывн ый бег в течении 30 сек		Проползание под дугой (30-40 см)		Ходьба между линиями

Задачи апреля: обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики. Обучать ходьбе по кругу по одному; непрерывному бегу в течении 40 сек, бросанию предмета вдаль одной рукой, влезанию на лесенку- стремянку и спуск с нее произвольным способом, подъему без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны. Упражнять в ходьбе между предметами, бросании предмета вдаль двумя руками, прыжках на двух ногах на месте 10-15 раз

№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Апрель № 1,2	Ходьба между предметами	Непрерывн ый бег в течении 40 сек	Бросание предмета вдаль двумя руками		Прыжки на двух ногах на месте 10- 15 раз	
Апрель № 3,4	Ходьба по кругу по одному	Непрерывн ый бег в течении 40 сек	Бросание предмета вдаль одной рукой		Прыжки на двух ногах на месте 10- 15 раз	
Апрель № 5,6	Ходьба по кругу по одному	Непрерывн ый бег в течении 40 сек	Бросание предмета вдаль одной рукой			Подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны
Апрель № 7,8	Ходьба по кругу по одному	Непрерывн ый бег в течении 40 сек		Влезание на лесенку- стремянку и спуск с нее произвольны м способом		Подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны

Задачи мая: развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве; поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах. Обучать ходьбе по кругу парами, взявшись за руки, медленному бегу на расстояние 40-80 м, перебрасыванию мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребенка с расстояния 1-1,5 м, ловле мяча, брошенного педагогом с раст. до 1 м, кружению на месте. Упражнять в ходьбе по кругу по одному, в прыжках в длину с места как можно дальше, через две параллельные линии 20-30 см

№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Май № 1,2	Ходьба по кругу по одному	Медленный бег на расстояние 40-80 м	Перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребенка с расстояния 1-1,5 м		Прыжки в длину с места как можно дальше, через две параллельные линии 20-30 см	
Май № 3,4	Ходьба по кругу парами, взявшись за руки	Медленный бег на расстояние 40-80 м	Перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребенка с расстояния 1-1,5 м			Кружение на месте
Май № 5,6	Ходьба по кругу парами, взявшись за руки	Медленный бег на расстояние 40-80 м	Ловля мяча, брошенного педагогом с раст до 1 м	Влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом		
Май № 7,8	Ходьба по кругу парами, взявшись за руки	Медленный бег на расстояние 40-80 м	Ловля мяча, брошенного педагогом с раст до 1 м		Прыжки в длину с места как можно дальше, через две параллельные линии 20-30 см	

Приложение № 4

Образовательная деятельность в режимных процессах (ОО Физическое развитие)

В группах раннего возраста физкультурные занятия проводятся 2 раза в неделю в первой половине дня в спортивном зале или групповой комнате.

Индивидуальная работа с детьми раннего возраста проводится в утреннее время и на прогулке.

Расписание физкультурных занятий на 2024-2025 учебный год

День недели	Группа	Время
Понедельник	9.00-9.10 группа раннего возраста «Эколята» 9.20-9.30 группа раннего возраста «Мастерята»	
Среда	9.00-9.10 группа раннего возраста «Эколята» 9.20-9.30 группа раннего возраста «Мастерята» 9.40-9.55 вторая младшая группа «Строители»	
Пятница	9.00-9.15 вторая младшая группа «Строители»	