

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 30 общеразвивающего  
вида с приоритетным осуществлением познавательно-речевого развития детей  
Колпинского района Санкт-Петербурга  
196641, Санкт-Петербург, п. Металлострой, ул. Школьная, д.5а, Лит. А  
ИНН 7817027316, КПП 781701001, ОГРН 1027808757316, ОКПО 27439008  
тел./факс (812) 464-55-18, E-mail: dc\_3@mail.ru

---

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий

\_\_\_\_\_ И.А.Фролова

Приказ 60-О от 31.08.2017

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.**  
**II МЛАДШАЯ ГРУППА**

Программа составлена:  
Мишуниной Т.А.

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № 1 от

31 августа 2017 г.

Санкт-Петербург  
2017 - 2018 учебный год

## СОДЕРЖАНИЕ

Содержание раздела	Стр.
<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	3
1. Пояснительная записка	3
1.1. Цели и задачи программы	4
1.2. Принципы реализации программы	5
1.3. Возрастные особенности развития детей	5
1.4. Планируемые результаты освоения программы	8
<b>II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	9
2.1. Содержание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка	9
2.2. Формы организации образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие»	9
2.2.1. Основными средствами физического воспитания	9
2.2.2. Содержание образовательной области «Физическое развитие»	10
2.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	11
2.4. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений	13
<b>III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	15
3.1. Материально-техническое обеспечение Программы	15
3.2. Обеспеченность Программы методическими материалами и средствами обучения и воспитания	16
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ</b>	17
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приложение №1, Учебный план</li> <li>• Приложение №2, Система образовательной деятельности</li> <li>• Приложение №3, Система оздоровительной работы</li> <li>• Приложение №4, Режимы дня</li> <li>• Приложение №5 перспективное планирование по физической культуре на год</li> <li>• Приложение №6 Карта физического развития детей группы</li> </ul>	

# І ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа составлена для организации работы с детьми по физической культуре младшего дошкольного возраста строится с учетом нормативно – правовой базы:

1. Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организациях». Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13, утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года № 26, (далее – СанПиН).
3. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 №1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 N 30384).
4. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 13.08.2013г. №1014"Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования".
5. Лицензией (№ 2422 от 10.12.2016г. серия 78ЛО2 № 0001368 на право осуществления образовательной деятельности, срок действия –бессрочно).
6. Уставом ГБДОУ детского сада № 3 Колпинского района СПб.
7. Образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 3 Колпинского района СПб.

Рабочая программа разработана на основании Примерной основной образовательной программы дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15)

Срок реализации данной программы – 1 год

Физическая культура выступает как часть общечеловеческой культуры, охватывающей те стороны жизни и воспитания, которые имеют важнейшее значение для нормального психофизического развития ребенка, укрепления его здоровья и развития двигательной сферы. Физическая культура рассматривается как основа формирования здорового образа жизни ребенка, в результате которого закладывается фундамент здоровья, происходит созревание и совершенствование жизненно - важных систем и функций организма. В процессе занятий физической культурой у ребенка развиваются адаптационные возможности, повышается устойчивость к внешним воздействиям, формируются движения, осанка; приобретаются такие физические качества, как координация и гибкость; способствующие 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), овладение подвижными играми с элементарными правилами; вырабатываются гигиенические навыки, становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.). Настоящая Программа обеспечивает развитие детей от 3 до 4 лет в области физического воспитания с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей и интеграции образовательных областей.

## 1.1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Ведущей целью рабочей программы является создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника

Содержание раздела «Физическое развитие»

*Цели:* формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.

Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности

*Для детей дошкольного возраста(3 года – 4 года)*

Целесообразна интеграция с образовательными областями: «социально-коммуникативное», «познавательное», «речевое», «художественно-эстетическое».. Интеграция возможна в освоении сенсорных эталонов, овладении правилами безопасного поведения, социальным опытом, опытом общения с детьми и взрослыми, речевыми умениями (обсуждении движений, вариантов использования различных физкультурных пособий, выражений своих желаний, оценочных суждений, предложений своих вариантов движений, правил), в отражении в подвижных играх различных образов, обыгрывании действий сказочных персонажей, героев детских стихов, песен, в формировании привычки чередовать малоподвижные виды деятельности с активным двигательным отдыхом, расширении представлений о человеке, его возможностях, благоприятных условиях жизни. Интеграция обеспечивается использованием двигательной деятельности для повышения умственной работоспособности детей, развитие мелкой моторики. Интеграция проявляется в переносе осваиваемых двигательных навыков в другие виды деятельности. В двигательной активности дети могут использовать опыт, полученный при освоении других образовательных областей. Измерение расстояний условными мерками, подсчет количества движений, ориентировка в пространстве, придумывание новых образных названий упражнениям, выполнение различных упражнений, отражающих сезонные явления, объекты природы, выполнение упражнений под музыку. Интеграция физического, математического, природоведческого развития эффективна в овладении способами сравнения, оценки, обобщения исходя из существенных и несущественных признаков. Интеграция проявляется в правильном использовании невербальных средств общения: мимики, жестов, поз.

*Задачи:*

1. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.
3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.

4. Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.
5. Овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, способах укрепления собственного здоровья.
6. Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

через решение следующих специфических задач:

- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание выразительности движений, формирование правильной осанки.
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- Развитие самостоятельности в двигательной активности.
- Развитие интереса к участию в подвижных играх и физических упражнениях

### **1.1.ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Программа сформирована в соответствии с принципами и подходами, определёнными Федеральными государственными образовательными стандартами дошкольного образования:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности
- сотрудничество Организации с семьей
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей.

### **1.3.ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ**

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 указания воспитателя, 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 воспитатель 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.).

### **Характеристика основных видов движений:**

1. Ходьба. Вводится ходьба на носках, с высоким подниманием коленей, с изменением направления, с выполнением различных заданий (остановиться, присесть, повернуться лицом к окну, стене, воспитателю). Ходьбу на носках с высоким подниманием коленей необходимо чередовать с обычной ходьбой.
2. Бег. Основное внимание следует уделять формированию у детей умения бегать, не наталкиваясь друг на друга и придерживаясь заданного темпа.
3. Прыжки. Детей учат энергично отталкиваться и правильно приземляться во всех видах прыжков. Во второй младшей группе вводится обучение прыжкам с высоты (15-20 см.).
4. Катание, бросание, метание. Во второй младшей группе детей продолжают обучать действиям с мячом. Формируется умение бросать мяч воспитателю, вверх, об пол и ловить его.
5. Ползание, лазание. Обучая детей ползанию между предметами, подползанию, воспитатель сам показывает способ выполнения.
6. Упражнения в равновесии. Обучение ходьбе и бегу на ограниченной площади ( между двух линий, по дорожке, скамейке), в прямом направлении и змейкой. Упражнения в равновесии следует разнообразить используя игровую форму.
7. Подвижная игра. Проводится в основной части занятия, содержит движения, уже освоенные детьми. Одна и та же игра может повторяться на разных занятиях. Воспитатель может вносить в неё некоторые изменения, дополнения. Следует приучать детей действовать совместно, в соответствии с сигналом, исполнять роль ведущего, соблюдать правила

Ребёнку трёх лет свойственна склонность к подражанию сверстникам, вместе с тем дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений. Педагог должен стимулировать детей к использованию имеющегося физкультурного инвентаря, оборудования личным примером, поощрением.

## Возрастные особенности 2 младшей группы «Капелька»

В группе 24 человека из них: мальчиков - 9, девочек - 15.

Владение основными двигательными навыками выполняют задания со значительными ошибками, с большим трудом, преимущественно совместно со взрослыми, в отдельных случаях по подражанию.

Владение основными культурно-гигиеническими навыками выполняют отдельные действия (например, открывают кран, берут мыло), но только с помощью взрослого, самостоятельно действовать не могут; имеют элементарные представления о функциональном назначении некоторых предметов и средств личной гигиены (мыло, зубная щетка, зубная паста, полотенце и т.д); под контролем взрослого частично одеваются в определенном порядке, последовательно складывают одежду, ставят на место обувь.

Соблюдение элементарных правил ЗОЖ. Дети в группе затрудняются объяснить понятие «здоровье», значение для здоровья знакомых им видов деятельности; имеют единичные представления о некоторых способах лечения заболеваний на основе личного опыта; не имеют представлений о факторах вреда и пользы для человека; осознают зависимость здоровья от образа жизни и влияния окружающей среды; сформированы отрывочные, бессистемные представления о здоровье и болезни без учета влияния окружающей среды. Развитие физических качеств на разном уровне.

Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями). Выполнение двигательных действий на разном уровне возрастных норм. Малоактивно используют основные движения в самостоятельной деятельности.

Формирование у детей потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Есть потребность в двигательной активности, но не все дети мотивированы на совершенствование двигательного опыта. Достаточно самостоятельны в организации собственной двигательной активности, но без участия сверстников. Принимают участие в совместных подвижных играх. Элементы творчества проявляют по образцу взрослого или других детей, заражаясь эмоциями от сверстников.

#### 1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Для решения задач, определённых ОП, анализа профессиональной деятельности воспитателей группы, организации образовательного процесса во второй младшей группе, определения социально-нормативных возрастных характеристик возможных достижений ребёнка 3-4 лет, используется система мониторинга с ориентиром на образовательные области и с учётом целевых ориентиров, обозначенные ФГОС.

Во второй группе младшего дошкольного возраста определяют следующие физические качества: дети физически развиты, овладевшие основными культурно-гигиеническими навыками. У детей сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Планируемые результаты:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Для решения мониторинговых задач используется система мониторинга с учётом целевых ориентиров, обозначенные ФГОС ДО, задач образовательной области «Физическое развитие» и возрастных особенностей группы.

Основными формами для проведения педагогического мониторинга во II младшей группе являются:

- \* наблюдение за активностью ребёнка в ходе различной двигательной деятельности;
- \* анализ развития физических качеств в беге, метании, прыжках и т.п.

Методика организации мониторинга подобрана специалистом (воспитателям по физической культуре) в соответствии с реализуемой программой. (Это тестовые упражнения, наблюдения за детьми, беседы, анализ и т.д.)

Полученные данные заносятся в карту физического развития группы (см. таблицу в приложении №6) и планируется дальнейшая работа.

В заключении составляется Анализ физического развития группы с рекомендациями воспитателям и родителям.



## II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Содержание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка

Содержание работы по «Физическому развитию» включает в себя интеграцию образовательных областей: «Социально–коммуникативное развитие» (социализация, общение; нравственное воспитание; семья и общество; самообслуживание и трудовое воспитание; основы безопасности), «Познавательное развитие» (предметный и социальный мир; мир природы; формирование элементарных математических представлений; познавательно-исследовательская деятельность), «Речевое развитие» (развитие речи, знакомство с книжной культурой, детской литературой); «Художественно-эстетическое развитие» (приобщение к искусству).

Задачи в каждой образовательной области соответствуют задачам, перечисленным в «ОП ДО ГБДОУ детского сада № 3 Колпинского района СПб».

### 2.2. Формы организации образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие»

В соответствии с ФГОС дошкольного образования, педагогический коллектив ДОО ставит перед собой определенные цели и задачи, которые позволяют структурировать содержание области «Физическое развитие» по следующим разделам:

**«Гармоничное физическое развитие дошкольников»** Порядковые упражнения. Построения и перестроения: свободное, в рассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два, в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Общеразвивающие упражнения с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях. Основные движения. Ходьба. Разные способы ходьбы. Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), подскоки на месте с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними. Катание, бросание, метание. Перелезание через и под предметами, не касаясь руками пола. Музыкально-ритмические упражнения. Спортивные упражнения: катание на трехколесном велосипеде; ступающий шаг и повороты на месте на лыжах. Подвижные игры.

**«Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой»**, **«Формирование у детей основ здорового образа жизни»** Элементарные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья; элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

**«Обеспечение эмоционального благополучия каждого ребенка, развитие его положительного самоощущения»** Опора на игру как ведущую деятельность и важнейший фактор здоровьесбережения ребенка. Создание доброжелательной атмосферы эмоционального принятия, способствующей проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере.

#### 2.2.1. Основными средствами физического воспитания в ДОО являются физические упражнения, гигиенические и природные факторы:

*Физические упражнения:*

- Гимнастика: основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазанье, метание, упражнения в равновесии), общеразвивающие упражнения, построения и перестроения, танцевальные упражнения.
- Спортивные упражнения (катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам др.)
- Подвижные игры (сюжетные, бессюжетные).

*Гигиенические и природные факторы:*

- Закаливание: с использованием природных факторов – солнце, воздух и вода, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.
- Полоскание рта.

*Правила проведения утренней гимнастики*

- Продолжительность утренней гимнастики во второй младшей группе составляет 5-6 минут. В комплекс должны входить пять-шесть общеразвивающих упражнений (как с предметами, так и без них), строевые упражнения, ходьба, бег, прыжки. Педагог выполняет упражнения вместе с детьми по два-три раза, после чего только напоминает последовательность движений, осуществляет общий контроль.

*Основы здорового образа жизни*

- наличие ценностного отношения у ребенка к здоровью и жизни человека;
- наличие системных и устойчивых представлений о здоровье и здоровьесберегающих правилах поведения, здоровом образе жизни;
- наличие умений и навыков здоровьесберегающей деятельности;
- проявление позиции субъекта здоровьесозидания.

В целях сохранения здоровья и активного формирования здорового образа жизни и здоровья воспитанников в ДОО реализуются следующие здоровьесберегающие технологии:

- Цикл занятий «Уроки здоровья»
- Цикл занятий ПДД

2.2.2. Содержание образовательной области «Физическое развитие» в ДОО реализуется в различных видах деятельности:

Образовательная деятельность в режимных моментах	Занятия	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей
Утренняя гимнастика (традиционная; сюжетная; игрового характера; танцевальных движений). Бодрящая гимнастика после сна. Закаливающие процедуры. Дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз Подвижные игры. Решение игровых задач и элементарных проблемных ситуаций, дидактические игры .	Физкультурные занятия: сюжетные, игровые, комплексные. Элементарная проектная деятельность тематического характера.	Рассматривание познавательных книг, тематических иллюстраций, фотографий о спорте Подвижные игры «лягушки и цапля», «совушка», «угадай, чей голосок?». Игры-имитации, хороводные игры	Вовлечение родителей в образовательный процесс ДОУ: семейные проекты; онлайн квест- игра «Знатоки Правил Дорожного Движения» физкультурные досуги и праздники; родительский Физкультурный тренинг для родителей с детьми «Навстречу друг другу». Психолого-педагогическое просвещение родителей через

			«Спортивная страничка», информационные листы, беседы и консультации Анкетирование, брошюры, конкурсы
--	--	--	---

### 2.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и ведущая задача, стоящая перед дошкольным учреждением.

Семья и детский сад – те структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка.

Организуя взаимодействие с семьей по вопросам оздоровления детей, используем следующие формы работы:

Папки передвижки, консультации специалистов

Анкетирование - этот метод позволяет получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, получить информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество проводимой работы с родителями.

Нетрадиционные формы (спортивные картинки, спортивный калейдоскоп, спортивный альманах, устный журнал, и др.)

Использование нетрадиционных форм позволяет в оживленной, интересной беседе с родителями, обмениваться опытом оздоровления детей, общаться и получать исчерпывающие ответы от специалистов, высказывать свое мнение.

Конкурсы, выставки совместных работ детей и родителей

Спортивные мероприятия в детском саду проводятся в течение года и участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка.

#### План взаимодействия с родителями воспитанников

#### **Сентябрь**

- 1 неделя. Шпаргалка для родителей «Требования к форме одежды детей на занятиях по физической культуре»
- 2 неделя. Наглядная информация «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой»
- 3 неделя. Индивидуальные беседы «Прогулки осенью»
- 4 неделя. Ознакомление с результатами уровня физической подготовки ребёнка, рекомендации (в индивидуальном порядке).

#### **Октябрь**

- 1 неделя. Консультация на тему: «Лечебное воздействие дыхательной гимнастики»
- 2 неделя. Фотовыставка «Моя спортивная семья»
- 3 неделя. Наглядная информация «Возрастные особенности в физическом развитии детей»
- 4 неделя. Наглядная информация. Спортивные картинки «Зачем заниматься утренней гимнастикой»

## **Ноябрь**

- 1 неделя. Рекомендация «Идеи игр на свежем воздухе»
- 2 неделя. Консультация «зарядка для красивой осанки»
- 3 неделя. Наглядные рекомендации по выполнению упражнений в паре «Моя спортивная мама!»
- 4 неделя. Интернет информация в группе в Контакте : развивающие упражнения с мячом

## **Декабрь**

- 1 неделя. Наглядная информация: «Здоровый ребёнок в ваших руках»
- 2 неделя. Консультация: «Мяч – полезная игрушка. Возможность развивать ребёнка в играх с мячом»
- 3 неделя. «Развитие тактильной чувствительности стоп с использованием специального оборудования» — брошюра.
- 4 неделя. Индивидуальные беседы по интересам родителей

## **Январь**

- 1 неделя. Наглядная информация «Физкультурное оборудование своими руками».
- 2 неделя. Консультация. Спортивные картинки. «Физкультура вместе с мамой и папой»
- 3 неделя. Интернет консультация в группе в Контакте «Игры зимой»
- 4 неделя. Индивидуальные беседы на тему «Домашний спортзал»

## **Февраль**

- 1 неделя. Индивидуальные беседы по интересам родителей
- 2 неделя. Праздник с папами
- 3 неделя. Анкетирование родителей: «Спорт – инвентарь для детского пользования дома»
- 4 неделя. Интернет-консультация в группе в Контакте «Держим спинку»

## **Март**

- 1 неделя. Наглядная информация: «Путешествие в страну крепышей»
- 2 неделя Консультация: «Погоуляем, поиграем»
- 3 неделя. Рекомендации (брошюра) по формированию основных движений «Любим прыгать»
- 4 неделя. Наглядная информация «Спортивный городок из автопокрышек»

## **Апрель**

- 1 неделя. Консультация « Физкультура и спорт»
- 2 неделя. Интернет – презентация «Я люблю свой спортивный зал» (рисунки детей, фотографии детей в спортивном зале)
- 3 неделя. Консультация на тему: «Игры, которые лечат»
- 4 неделя. Индивидуальные беседы на тему: «Если ребёнок не хочет заниматься спортом»

## **Май**

- 1 неделя. Интернет-консультация в группе в Контакте «гимнастика при плоскостопии у детей»
- 2 неделя. Спортивный альманах «где можно заниматься спортом в п. Металлострой»
- 3 неделя. Рекомендации по результатам мониторинга в индивидуальном порядке
- 4 неделя. Наглядная информация: «Чем занять ребёнка летом»

### **2.4. ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ**

Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений в ГБДОУ детский сад № 3 представлена:

- Технология программы Авдеевой Н.Н. и др. «Основы безопасности детей дошкольного возраста» Программа для дошкольных образовательных учреждений СПб.: «Детство-Пресс», 2010.
- Системой валеологического сопровождения детей

Технология программы «Основы безопасности детей дошкольного возраста» предусматривает следующие цели и задачи:

#### *Цели:*

- Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности и формирование предпосылок экологического сознания (безопасности окружающего мира).

#### *Задачи:*

- формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них;
- приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения;
- передачу детям знаний о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства;
- формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям.

#### *Формы работы:*

- проведение игровых спортивных упражнений и подвижных игр, включающих в себя содержательную сторону некоторых разделов программы (например: «красный, желтый, зеленый», «стоп», «к своим знаком», «на пожар», «задымленный коридор»);
- пополнение РППС элементами, направленными на освоение детьми норм и правил безопасного поведения в физкультурном зале, на участке;
- беседы-размышления, тематические спортивные досуги, видео презентации для детей, игры с «парашютом», совместное изготовление плакатов и коллажей по темам здоровья, дорожная безопасность и т.д..

В процессе выполнения спортивных упражнений воспитатель приучает детей соблюдать правила безопасности, проявлять взаимопомощь.

## Система валеологического сопровождения детей

### *Цель:*

- Формирование у детей дошкольного возраста правильного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

### *Задачи:*

- охрана и укрепление здоровья;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование элементарных знаний о своём организме;
- формирование чувства ответственности за своё здоровье и здоровье окружающих.

### *Формы работы:*

- Рассматривание иллюстраций. «Я и моё тело»; «Малыши-крепыши», «Девочка чумакая»
- Наблюдение. «Для чего нужны руки, ноги»
- Беседы. «Зачем ножки малышам», «Зачем носик малышам».
- Дидактические игры валеологическим содержанием
- Комплексы закаливающих процедур (воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам, гимнастика (утренняя, бодрящая, дыхательная).
- Вовлечение родителей в образовательный процесс ДОО (совместные проекты «Наш выходной»;; игротренинги «Навстречу друг другу» с детьми и родителями.

### III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Материально-техническое обеспечение Программы

В ДОУ имеется совмещенный музыкально-физкультурный зал, который оснащён нестандартным спортивным оборудованием (модули), атрибутам для спортивных и подвижных игр; имеется мультимедийное оборудование.

Для занятий физической культурой имеются следующие атрибуты для проведения ОРУ, О.В.Д. и подвижных игр:

Для ОРУ:

1. кегли;
2. ленты;
3. верёвочки;
4. платочки;
5. обручи разных размеров;
6. флажки;
7. кубики;
8. султанчики;
9. мячи резиновые, мячи пластмассовые (разного размера);
10. гимнастические палки;

Для О.В.Д.:

1. набивные мячи;
2. мешочки с песком;
3. скакалки;
4. туннели;
5. дуги;
6. ребристая доска, массажная дорожка;
7. канат;
8. гимнастическая скамейка;
9. мячи – футбольные, баскетбольные, волейбольные;
10. мат;
11. кольцо для игры баскетбол;

Для подвижных и спортивных игр:

1. ленты;
2. бубен большой и маленькие;
3. колокольчики;
4. бадминтон;
5. маски;
6. рули;
7. дидактические игры на темы: «спорт», «здоровье»;
8. Дидактический материал по теме «Спорт. Спортивные профессии»;
9. Презентации на тему «зимние спортивные виды спорта»;
10. Лэпбук «глаза и зрение», «здоровье»....
11. «парашют»

### **3.2.Обеспеченность Программы методическими материалами и средствами обучения и воспитания**

- Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия в детском саду. Младшая группа. М.; Мозаика - Синтез, 2015.
- Т.Е. Харченко. Бодрящая гимнастика для дошкольников. Санкт-Петербург ДЕТСТВО – ПРЕСС, 2015.
- Т.Е. Харченко Спортивные праздники в детском саду. «Сфера» Москва 2013.
- О.Н.Козак. Зимние игры для больших и маленьких. «Союз» С.-Петербург. 1999.
- Э.Й.Адашкявичене. Спортивные игры и упражнения в детском саду. Книга для воспитателя детского сада. Москва «Просвящение» 1992.
- Т.А. Шорыгина беседы о здоровье. Методическое пособие. «Сфера» Москва 2005.
- М. Борисова. Тематические подвижные игры для дошкольников. Методическое пособие. Москва, обруч, 2015.
- Т.О. Крусева справочник инструктора по физической культуре. В детских дошкольных учреждениях. Ростов – на – Дону, Феникс 2005.



*Перспективное планирование по физической культуре на год  
на сентябрь – октябрь – ноябрь 2017-2018уч.г.*

Содействовать гармоничному физическому развитию детей.

Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта:

- ✓ Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию);
- ✓ Накапливать и обогащать двигательный опыт детей (овладение основными движениями);
- ✓ Формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Интеграция образовательной области «физическое развитие» с другими образовательными областями:

- ✓ «Социально-коммуникативное развитие» - развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других; начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп, привлекать детей к уборке физкультурного инвентаря и оборудования.развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно без крика; учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении.
- ✓ «Познавательное развитие» - активизировать мышление детей (самостоятельно выбирать знакомую игру); знакомить детей через игры и досуги с правилами дорожного движения, с повадками животных и насекомых, с трудом взрослых.
- ✓ «Речевое развитие» - побуждать детей к проговариванию действий и названию упражнений, поощрять речевую активность в процессе двигательной деятельности.
- ✓ «Художественно-эстетическое развитие» - привлекать внимание дошкольников к эстетической стороне их внешнего вида; использовать в процессе непосредственно образовательной деятельности элементарных физкультурных пособий (флажки, ленты, кубики).

Подвижные игры и игровые упражнения:

«бегите ко мне», «догони мяч», «мой веселый звонкий мяч», «найди свой домик», «поезд», «у медведя во бору», «бегите к флажку», «мышь в кладовой», «по ровненькой дорожке».

*на декабрь – январь – февраль 2017-2018уч.г.*

Содействовать гармоничному физическому развитию детей.

Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта:

- ✓ Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию);
- ✓ Накапливать и обогащать двигательный опыт детей (овладение основными движениями);
- ✓ Формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- ✓ Содействовать правильному выполнению движений в соответствии с образцом взрослого (правильное положение тела, заданное направление)

- ✓ Формировать умение выполнять знакомые движения легко и свободно, ритмично и согласованно, ориентируясь в пространстве и сохраняя равновесие.
- ✓ Приучать ходить и бегать свободно, естественно координируя движения рук и ног, не шаркая ногами, не опуская головы.
- ✓ Добиваться овладения различными видами ходьбы и бега; учить прыгать, энергично отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь; упражнять в ползании, бросании и отталкивании предметов при катании, ловле.

Интеграция образовательной области «физическое развитие» с другими образовательными областями:

- ✓ «Социально-коммуникативное развитие» - привлекать детей к коллективным формам организации двигательной активности; развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других, действовать совместно в общем темпе; начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп, привлекать детей к уборке физкультурного инвентаря и оборудования. Развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно без крика; учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении.
- ✓ «Познавательное развитие» - активизировать мышление детей (самостоятельно выбирать знакомую игру); знакомить детей через игру с повадками животных и трудом взрослых. знакомить детей через игры и спортивные досуги с правилами дорожного движения,
- ✓ «Речевое развитие» - побуждать детей к проговариванию действий и названию упражнений, поощрять речевую активность в процессе двигательной деятельности.
- ✓ «Художественно-эстетическое развитие» - привлекать внимание дошкольников к эстетической стороне их внешнего вида; использовать в процессе непосредственно образовательной деятельности элементарных физкультурных пособий (флажки, мячи, ленты, кубики, платочки).

Подвижные игры и игровые упражнения:

«найди свой домик», «беги ко мне», «наседка и цыплята», «пузырь», «воробушки и кот», «по ровненькой дорожке», «лягушки», «птица и птенчики», «лохматый пес», «найди свой цвет», «мышки», «поезд», «поймай снежинку».

на март – апрель – май 2017-2018уч.г.

Содействовать гармоничному физическому развитию детей.

Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта:

- ✓ принимать активное участие в подвижных играх.
- ✓ учить детей реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним.
- ✓ направленно развивать физические качества: скоростно-силовые качества детей.
- ✓ формировать умение выполнять знакомые движения легко и свободно, ритмично и согласованно, ориентируясь в пространстве и сохраняя равновесия.

Интеграция образовательной области «физическое развитие» с другими образовательными областями:

- ✓ «Социально-коммуникативное развитие» - развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других. Действовать совместно в общем темпе. Привлекать детей к уборке физкультурного инвентаря и оборудования. Учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении.

- ✓ «Познавательное развитие» - побуждать детей самостоятельно выбирать знакомую игру. Знакомить детей через игру с повадками животных и насекомых с признаками весны. Знакомить детей через игры и спортивные досуги с правилами дорожного движения.
- ✓ «Речевое развитие» - побуждать детей к речевой активности в процессе двигательной деятельности.
- ✓ «Художественно-эстетическое развитие» - привлекать внимание детей к их внешнему виду на физкультурном занятии. Использовать элементарные физкультурные пособия (флажки, мячи, кубики).
- ✓

Летний период 2017-2018уч.г.

Содействовать гармоничному физическому развитию детей.

Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта:

- ✓ принимать активное участие в подвижных играх.
- ✓ учить детей реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним.
- ✓ Продолжать развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию)
- ✓ формировать умение выполнять знакомые движения легко и свободно, ритмично и согласованно, ориентируясь в пространстве и сохраняя равновесия.
- ✓ формировать потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Интеграция образовательной области «физическое развитие» с другими образовательными областями:

- ✓ «Социально-коммуникативное развитие» - развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других. Привлекать детей к коллективным формам организации двигательной активности. Привлекать детей к уборке физкультурного инвентаря и оборудования. Учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении.
- ✓ «Познавательное развитие» - побуждать детей самостоятельно выбирать знакомую игру. Знакомить детей через игру с повадками животных и насекомых. Закреплять знание детей через игры и спортивные досуги с правилами дорожного движения.
- ✓ «Речевое развитие» - побуждать детей к речевой активности в процессе двигательной деятельности. Побуждать употреблять тексты стихотворений и потешек в играх, использовать сюжеты сказок на физкультурных досугах.
- ✓ «Художественно-эстетическое развитие» - привлекать внимание детей к их внешнему виду на физкультурном занятии. Использовать элементарные физкультурные пособия (платочки, обручи, ленты, мячи, кубики).

Карта физического развития детей второй младшей группы «Капелька».

№ п/ п	Фамилия Имя ребенка	возраст	Бег 10 м	Прыжок в длину с места	Метание мешочка вдаль		Статическое равновесие	гибкость
					Правая рука	Левая рука		
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								
7.								
8.								
9.								
10.								
11.								
12.								
13.								
14.								
15.								
16.								
17.								
18.								
19.								
20.								
21.								
22.								
23.								
24.								
25.								

«-» не сформировано; «- +» частично сформировано; «+» сформировано полностью.