ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА - ДЕТСКИЙ САД № 38 КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ - ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА
решением Педагогического совета
ГБДОУ центра развития ребенка-
детского сада № 38
Красносельского района
Санкт-Петербурга
(протокол от «28» августа 2023г. №___)

УТВЕРЖДЕНА
приказом ГБДОУ центра развития ребенка-
детского сада № 38
Красносельского района
Санкт-Петербурга
от «28» августа 2023г. № 60-осд

Ротманова Ирина Анатольевна

Ротманова Ирина Анатольевна
2023.08.29 12:15:37 +03'00'

Рабочая программа
Инструктора по физической культуре
А.А.Когаль
на 2023–2024 учебный год
для детей от 2 до 4 лет

Санкт-Петербург
2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ 3

1.1. Пояснительная записка 3

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫ РАЗДЕЛ 8

2.1.Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей. 8

2.2. Описание форм, способов, методов и средств реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов по физическому развитию. 12

2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников. 14

План работы с родителями (законными представителями). Группа 2-3 года 16

План работы с родителями (законными представителями) . Группа 3-4 года 17

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ 18

3.1. Психолого-педагогические условия реализации программы 18

3.2. Структура организации образовательной деятельности по физическому развитию в группах от 3 лет. 19

3.3. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физической культуре) (в соответствии с 20

3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды. 21

3.5. Методическое обеспечение образовательной деятельности по физическому развитию детей 3-7 лет (список литературы, ЭОР, др.) 22

ПРИЛОЖЕНИЕ 23

Комплексно тематическое планирование младшей группы 2-3 года 23

Комплексно тематическое планирование младшей группы 3-4 года 27

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Цель
Реализация содержания образовательной программы дошкольного образования в соответствии с требованиями ФГОС и ФОП дошкольного образования по физическому развитию воспитанников с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.
Основные задачи
- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО; - приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского 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; - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в т.ч. их эмоционального благополучия; - обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности; - 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.
Задачи по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»
2 -3 года
Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития: - обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползанье, 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.
3-4 года
- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в т.ч. 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 детей 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.
Принципы и подходы к формированию Программы
Программа построена на следующих принципах ДО, установленных ФГОС ДО: 1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития; 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования; 3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе - взрослые); 4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений; 5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности; 6) сотрудничество ДОО с семьей; 7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства; 8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности; 9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития); 10) учёт этнокультурной ситуации развития детей. Основными подходами к формированию Программы являются: - деятельностный подход, предполагающий развитие ребенка в деятельности, включающей такие компоненты как самоцелеполагание, самопланирование, самоорганизация, самооценка, самоанализ; - интегративный подход, ориентирующий на интеграцию процессов обучения, воспитания и развития в целостный образовательный процесс в интересах развития ребенка; - индивидуальный подход, предписывающий гибкое использование педагогами различных средств, форм и методов по отношению к каждому ребенку; - личностно-ориентированный подход, который предусматривает организацию образовательного процесса на основе признания уникальности личности ребенка и создания условий для ее развития на основе изучения задатков, способностей, интересов, склонностей; - средовый подход, ориентирующий на использование возможностей внутренней и внешней среды образовательной организации в воспитании и развитии личности ребенка.

Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)
Нормативно-правовые документы • 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). • Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 28.12.2022 № 71847). • Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержден приказом Министерства образования и науки России от 17 октября 2013г. № 1155 (с изм. на 08.11.2022). • 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 ГБДОУ центра развития ребенка-детского сада № 38 Красносельского района Санкт-Петербурга. • Устав ГБДОУ центра развития ребенка-детского сада № 38 Красносельского района Санкт-Петербурга .
Возрастные особенности детей от 2 до 7 лет
У ребенка с 2 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества. Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему. За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки. За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным. Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении. После года отмечаются прибавки на каждом году жизни по 2 – 2,5 кг. К 6 -7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка. Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка. Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 – 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений,

состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S – образный изгиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений. В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь. В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с 3,5 – 4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается становая сила - сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 – 34 кг по сравнению с 15 – 17 кг в 3 – 4 года. Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений. В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечно-сосудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела. На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки. После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения. Проявления в психическом развитии: - хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить; - стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость; - стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами). Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечно-фасциональный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей. К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени – это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость). Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать

заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет. Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики. В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений. Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей. Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение.

Планируемы результаты освоения рабочей программы

Планируемые результаты освоения рабочей программы к 3 годам

- у ребёнка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры; - ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга; прыгать на двух ногах на месте и с продвижением вперед; брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч; ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через гимнастическую скамейку.

Планируемые результаты освоения рабочей программы к 4 годам

- ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм; - ребёнок 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 упражнения под музыку; - ребёнок демонстрирует 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; - умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя; сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы; может ползать на четвереньках, лазать по наклонной лесенке, гимнастической стенке произвольным способом; энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см; может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования по музыкальному развитию

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их

дальнейшее планирование). Педагогическая диагностика 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**
Индивидуальные достижения детей в контексте образовательной области: «Физическое развитие»	Наблюдение за степенью овладения основными двигательными действиями	2 раза в год	2 недели в каждой группе	Сентябрь Май
Срок реализации рабочей программы - 2023-2024 учебный год (Сентябрь 2023- июнь 2024года)				

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫ РАЗДЕЛ

2.1.Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей.

Содержание работы по физическому развитию во второй группе раннего возраста для детей 2-3 лет.

Третий год жизни – важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Всё это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию. Во второй группе раннего возраста детей строят в колонну по одному, в шеренгу, в круг, врассыпную – сначала подгруппами, потом всей группой. Построение происходит с помощью воспитателя по зрительным ориентирам. Общеразвивающие упражнения дети могут выполнять стоя врассыпную или в кругу.

Педагог формирует умение 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.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения). Основные движения: 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); врассыпную 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: прыжки на двух ногах 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 т.ч., сидя на стуле или на скамейке. Упражнения проводятся в игровой форме.

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).

Содержание работы по физическому развитию в младшей группе для детей 3-4 лет

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) Основная гимнастика (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, врассыпную, «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, врассыпную, 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; 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).

2) Подвижные игры: 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). С бегом. «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках». С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку». С подлезанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики». С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет». На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

3) Спортивные упражнения: 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, перевозя игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки**.**

4) Формирование основ здорового образа жизни: 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) Активный отдых. Физкультурные досуги: досуг проводится 1 раз 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,

музыкальноритмические 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.

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- 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. Описание форм, способов, методов и средств реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов по физическому развитию.

При реализации Программы используются различные образовательные технологии, в т.ч. дистанционные образовательные технологии, исключая образовательные технологии, которые могут нанести вред здоровью детей. Применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, а также работа с электронными средствами обучения при реализации Программы осуществляются в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

Формы, способы, методы и средства реализации Программы определяются в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов. Существенное значение имеют сформировавшиеся у педагога практики воспитания и обучения детей, оценка результативности форм, методов, средств образовательной деятельности применительно к конкретной возрастной группе детей.

Согласно ФГОС ДО используются различные формы реализации Программы в соответствии с видом детской деятельности и возрастными особенностями детей:

- игровая деятельность (сюжетно-ролевая, строительно-конструктивная, дидактическая, подвижная и другие);
- общение со взрослым (ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное) и сверстниками (ситуативно-деловое, внеситуативно-деловое);
- речевая деятельность (слушание речи взрослого и сверстников, активная диалогическая и монологическая речь);
- познавательно-исследовательская деятельность и экспериментирование;
- изобразительная деятельность (рисование, лепка, аппликация) и конструирование из разных материалов по образцу, условию и замыслу ребёнка;
- двигательная деятельность (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные и элементы спортивных игр и другие);

- элементарная трудовая деятельность (самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, ручной труд);
- музыкальная деятельность (слушание и понимание музыкальных произведений, музыкально-ритмические движения).

Способы организации детей на занятии по физической культуре:

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом и т.д. Фронтально-поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности. Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе занятий по физической культуре.

Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - форм организации физкультурно– оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

-разные виды занятий по физической культуре;
- физкультурно–оздоровительная работа в режиме дня;
-активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
-самостоятельная двигательная деятельность детей;
-занятия в семье.

Занятие по физической культуре состоит из трех частей:

Вводная – помогает организовать, собрать и активировать внимание, вызвать у них интерес к занятию, создать бодрое настроение. В нее входит: беседа, построения, перестроения, упражнения в ходьбе, беге.

Основная – в ней формируются двигательные навыки и умения, развиваются физические качества. В нее входит: общеразвивающие упражнения с предметами и без, основные виды движений, подвижная игра.

Заключительная – снижение физической нагрузки, приведение организма ребенка в относительно спокойное состояние, сохранив при этом бодрое настроение, подведение итогов занятия. В нее входит: игра малой подвижности, пальчиковая гимнастика, движения со словами, дыхательная гимнастика, самомассаж, различные виды ходьбы. Занятие по физической культуре может быть организована разнообразно:

- по традиционной схеме;
- состоящие из набора подвижных игр и игровых заданий большой, средней и малой интенсивности;
- тренировки в основных видах движений;
- ритмическая гимнастика;

- соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей;
- зачеты, во время которых дети выполняют диагностические задания;
- сюжетно – игровые;
- по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок.

Интеграция образовательной деятельности по физическому развитию

В процессе совместной деятельности инструктора по ФК с воспитанниками, наряду с перечисленными задачами планируется реализовать задачи по другим направлениям развития детей, используя доступные приемы и образовательный материал.

Социально-коммуникативное развитие: усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в Организации; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.

Познавательное развитие: развитие интересов детей, любознательности; развитие воображения; формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, количестве, пространстве и времени, движении и покое), о малой родине и Отечестве, об отечественных традициях и праздниках, о планете Земля как общем доме людей, об особенностях ее природы, многообразии стран и народов мира.

Речевое развитие: владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи.

Художественно-эстетическое развитие: развитие предпосылок ценностно- смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирование восприятие музыки, художественной литературы, фольклора.

2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) 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. Поступая в детский сад, многие дети имеют отклонения в физическом развитии, и одной из причин таких результатов является неосведомленность родителей в вопросах физического воспитания детей. Так анкетирование родителей детского сада по вопросам педагогической компетентности в физическом развитии детей показало, что только 30%

родителей уверены в своих знаниях, около 20% постоянно знакомятся с рекомендациями по воспитанию детей, а 50% испытывают потребность в консультациях и рекомендациях по физическому воспитанию. Это означает, что система тесного сотрудничества с семьей является острой необходимостью.

Цель взаимодействия с семьями	- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов; - обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.
Задачи:	1) информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей ДО, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в ДОО; 2) просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей; 3) способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи; 4) построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей младенческого, раннего и дошкольного возраста для решения образовательных задач; 5) вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

Особое внимание в просветительской деятельности ДОО уделяется повышению уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах здоровьесбережения ребёнка.

Реализация данной темы осуществляется в процессе следующих направлений просветительской деятельности:

1) информирование о факторах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребёнка (рациональная организация режима дня ребёнка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребёнком и другое), о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и другое), наносящих непоправимый вред здоровью ребёнка;

2) информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях ДОО и семьи в решении данных задач;

3) знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в ДОО;

4) информирование родителей (законных представителей) о негативном влиянии на развитие детей систематического и бесконтрольного использования IT-технологий (нарушение сна, возбудимость, изменения качества памяти, внимания, мышления; проблемы социализации и общения и другое).

Формы, методы, приемы и способы взаимодействия с родителями (законными представителями):

1) диагностико-аналитическое направление реализуется через опросы, социологические срезы, индивидуальные блокноты, «почтовый ящик», педагогические беседы с родителями (законными представителями); дни (недели) открытых дверей, открытые просмотры занятий и других видов деятельности детей и так далее;
2) просветительское и консультационное направления реализуются через групповые родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары-практикумы, тренинги и ролевые игры, консультации, педагогические гостиные, родительские клубы и другое; информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); журналы и газеты, издаваемые ДОО для родителей (законных представителей), педагогические библиотеки для родителей (законных представителей); сайты ДОО и социальные группы в сети Интернет; медиарепортажи и интервью; фотографии, выставки детских работ, совместных работ родителей (законных представителей) и детей. Включают также и досуговую форму - совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными традициями и другое. Привлечение родителей к помощи при подготовке к спортивным праздникам, досугам, соревнованиям, помощь в изготовлении пособий и костюмов, атрибутов.

План работы с родителями (законными представителями). Группа 2-3 года

Месяц	Название мероприятия	Форма работы
Сентябрь 2023г.	«Адаптация ребенка на занятиях по физкультуре в детском саду».	Консультация для родителей
Октябрь 2023г.	«Роль физкультурных занятий в развитии детей»	Индивидуальные консультации по запросу
Ноябрь 2023г.	«Особенности физического развития детей 2-3 лет детей дошкольного возраста»	Консультация для родителей
Декабрь 2023г.	«Зимние виды спорта». «Зимние прогулки».	Конкурс рисунков для родителей и их детей Беседа с родителями
Январь 2024г.	«Организация физкультурно-оздоровительной работы дома»; «Дыхательная гимнастика».	Беседа для родителей (индивидуально); Памятка (знакомство родителей с методиками дыхательной гимнастики).
Февраль 2024г.	«День защитника Отечества»; «Красивая осанка».	Спортивно-тематический праздник для детей и родителей. Индивидуальные беседы и рекомендации для родителей с комплексами физкультурных упражнений для формирования правильной осанки.

Март 2024г.	Физкультурный праздник «Широкая Масленица»; «Организация двигательной активности выходного дня».	Спортивно-тематический праздник для детей и родителей. Фотовыставка спортивных достижений.
Апрель 2024г.	«Внимание плоскостопие!»	Консультация для родителей с комплексами предотвращении плоскостопии
Май 2024г.	«Какие закаливающие мероприятия приемлемы для вашего ребенка». (для детей 2-3 лет)	Стендовая информация для родителей
Июнь 2024г.	«Международный день защиты детей» «Подвижные игры в летний период»	Физкультурно-музыкальный досуг для детей и родителей на улице Консультация для родителей

План работы с родителями (законными представителями) . Группа 3-4 года

Месяц	Название мероприятия	Форма работы
Сентябрь 2023г.	«Профилактика нарушений осанки у детей- действия в домашних условиях»	Консультация для родителей
Октябрь 2023г.	«Особенности физического развития детей дошкольного возраста»3-4	Индивидуальные консультации по запросу
Ноябрь 2023г.	«Влияние спортивных привычек в семье на здоровье ребенка».	Консультация для родителей
Декабрь 2023г.	«Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе».	Информация на сайте ДОУ Консультация для родителей
Январь 2024г.	С 09.01 по 15.01 неделя здоровья «Здравствуй, зимушка- зима!»; «Профилактика ОРЗ и гриппа».	Консультации, совместные досуги, подвижные игры с участием родителей, детей и педагогов ДОУ. Спортивный праздник для детей и родителей на улице; Памятка для родителей.
Февраль 2024г.	«День защитника Отечества» «Закаливание: укрепляем иммунитет»	Спортивно-тематический праздник для детей и родителей. Индивидуальные консультации.
Март 2024г.	«Весёлая Масленица! «Организация двигательной активности выходного дня»	Физкультурно-музыкальный праздник с использованием русских национальных подвижных игр. Информация на сайте ДОУ

Апрель 2024г.	«Международный день здоровья» «Игры, которые лечат» (игры по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата в домашних условиях)	Спортивная игра по станциям Информация на сайте ДОУ
Май 2024г.	«Босиком за здоровьем».	Консультация для родителей (познакомить родителей с особенностью воздействия на стопу различных грунтов, температуры и шероховатостей).
Июнь 2024г.	«Международный день защиты детей» «Подвижные игры летом для всей семьи»	Физкультурно-музыкальный досуг для детей и родителей на улице Памятка для родителей

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Психолого-педагогические условия реализации программы

Успешная реализация Программы обеспечивается следующими психолого- педагогическими условиями:

- признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребёнка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;
- решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей в центрах активности, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятий. При этом занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных педагогически обоснованных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом;
- обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса, в т.ч. дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования - формирование умения учиться);
- учёт специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития);

- создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды, способствующей эмоционально-ценностному, социально-личностному, познавательному, эстетическому развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности, в которой ребёнок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее;
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- индивидуализация образования (в т.ч. поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);
- совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;
- психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развитии детей, охраны и укрепления их здоровья;
- вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;
- формирование и развитие профессиональной компетентности педагогов, психологопедагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;
- непрерывное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в процессе реализации Программы, обеспечение вариативности его содержания, направлений и форм, согласно запросам родительского и профессионального сообществ;
- взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности;
- использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования процесса её социализации;
- предоставление информации о Программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;
- обеспечение возможностей для обсуждения Программы, поиска, использования материалов, обеспечивающих её реализацию, в т.ч. в информационной среде.

3.2. Структура организации образовательной деятельности по физическому развитию в группах от 3 лет.

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка

Совместная деятельность тематического, тренировочного, игрового и интегративного характера: -утренняя гимнастика; -физкультурные минутки; -прогулка (с организацией подвижных игр; -организация игр и упражнений по перестроению); -народные игры, хороводы. -досуги, спортивные праздники, развлечения. Игровые упражнения. Подражательные движения. Подвижные игры. Игры на участке Игры малой подвижности. Гимнастика для глаз. Дыхательные упражнения. Игровая, двигательная (овладение основными движениями) предметная деятельность с детьми	Подражательные движения. Подвижные игры. Игры на участке. Игры малой подвижности.	Игровая деятельность: (творческие игры и игры с правилами). Коммуникативная деятельность, общение и взаимодействие со взрослыми и детьми- рассказы о здоровье и т.д. Самообслуживание и бытовой труд: поручения детям и совместный труд (расстановка и уборка пособий) Двигательная деятельность: дни здоровья, занятия, праздники, досуги, утренняя гимнастика, самостоятельная двигательная активность, физ. минутки. Познавательно-исследовательская: дидактические игры, проблемные ситуации, образовательные игры и ситуации.	Индивидуальная работа закреплению выполнения основных движений. Партнерские отношения взрослого и ребенка (взрослый участвует в решении поставленной задачи наравне с детьми) Принятие ребенка таким, какой он есть, вера в его способности, развитие его индивидуальности, учет характера и интересов Формирование у ребенка различных позитивных качеств, в том числе в отношении со взрослыми и детьми. Предоставлять ребенку самостоятельность, оказывать поддержку, если что- то не получилось, учить признавать свои ошибки самостоятельно. Признавать право ребенка иметь свое мнение, выбирать способы выполнения задания, партнеров по игре. Приучать детей думать самостоятельно, не бояться высказывать свое мнение.

3.3. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физической культуре) (в соответствии с Постановлением 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», Постановлением 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».

В каждой возрастной группе физкультура проводится 3 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья. Продолжительность занятия по физической культуре:

- 12 мин. - 2-я группа раннего возраста;
- 15 мин. - младшая группа

Занятие по физической культуре состоит из трех частей:

Вводная – помогает организовать, собрать и активировать внимание, вызвать у них интерес к занятию, создать бодрое настроение. В нее входит: беседа, построения, перестроения, упражнения в ходьбе, беге.

Основная – в ней формируются двигательные навыки и умения, развиваются физические качества. В нее входит: общеразвивающие упражнения с предметами и без, основные виды движений, подвижная игра.

Заключительная – снижение физической нагрузки, приведение организма ребенка в относительно спокойное состояние, сохранив при этом бодрое настроение, подведение итогов занятия. В нее входит: игра малой подвижности, пальчиковая гимнастика, движения со словами, дыхательная гимнастика, самомассаж, различные виды ходьбы. Занятие по физической культуре может быть организована разнообразно:

- по традиционной схеме.

3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

РППС спортивных залов рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. РППС выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребёнка деятельности. РППС включает организованное пространство, материалы, оборудование, электронные образовательные ресурсы и средства обучения и воспитания, охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста, материалы для организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС создает возможности для учёта особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

При проектировании РППС спортивных залов учтены:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия;
- возраст, уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования;
- задачи Программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников, участников сетевого взаимодействия и других участников образовательной деятельности). РППС спортивных залов соответствует:
- требованиям ФГОС ДО;
- образовательной программе ДОО;
- материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в детском саду;
- возрастным особенностям детей;

- воспитывающему характеру обучения детей;
- требованиям безопасности и надежности.

Наполняемость РППС спортивных залов способствует сохранению целостности образовательного процесса и включает все необходимое для реализации содержания каждого из направлений развития и образования детей согласно ФГОС ДО. РППС спортивных залов обеспечивает возможность реализации разных видов индивидуальной и коллективной деятельности: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, двигательной, продуктивной и прочее, в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья. В соответствии с ФГОС ДО РППС спортивных залов является содержательно-насыщенной; трансформируемой; полифункциональной; доступной; безопасной. РППС залов обеспечивает условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических и учебно-вспомогательных сотрудников. Созданы условия для информатизации образовательного процесса. В спортивных залах имеется оборудование для использования информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе. Обеспечено подключение к сети Интернет с учётом регламентов безопасного пользования сетью Интернет.

3.5. Методическое обеспечение образовательной деятельности по физическому развитию детей 3-7 лет (список литературы, ЭОР, др.)

1. Осокина Т.И Физическая культура в детском саду. М., «Просвещение «, 1973.
2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет), М., 2015
3. Пензулаева Л.И. Подвижные игровые упражнения для детей 3-7лет. М., 2015
4. Пензулаева Л.И.«Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа», М.,2015
5. Лайзане С.Я.. Физическая культура для малышей, 2003
6. Ярцева Е. М. «Бег и ходьба» М. : Издательский Дом Мещерякова, 2001

ПРИЛОЖЕНИЕ

Комплексно тематическое планирование младшей группы 2-3 года

Месяц/неделя	Темы	Основные задачи	Средства, формы работы
Сентябрь Неделя 1-2	«Детский сад-чудесный дом, хорошо живется в нём»	Создание представлений о технике безопасности на занятиях физической культурой. Формирование и развитие основных видов движений по месяцам (бросание, катание, ловля, бег, ходьба, ползание и лазанье, прыжки и упражнения на равновесие)	Педагог формирует умение 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. В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения. <u>Формы работы :</u> индивидуальная, подгрупповая, групповая
Сентябрь Неделя 3-4	«Осень пришла»	Профилактика плоскостопия, нарушений осанки и неправильного формирования свода стопы. Формирование начальных представлений о технике ходьбы. Формирование способности к выполнению двигательных действий в группе.	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); врассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки; ОРУс ленточками (листочками); Ходьба между предметов (луж) ; Подвижные игры : «Найдем птичку», «Солнышко и дождик»
Октябрь Неделя 1-2	**«День осенний на дворе»**	Формирование начальных представлений о технике бега. Развитие быстроты и координационных возможностей.	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

		Формирование способности к выполнению двигательных действий в группе.	ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20 - 30 - 40 секунд; медленный бег на расстояние 40 - 80 м; ОРУ с предметамии (шишками). Подвижная игра : «Пчелки», Игра «Пойдем в гости», «Беги ко мне». Ходьба стайкой за мишкой.
Октябрь Неделя 3-4	**«День осенний на дворе»**	Дальнейшее формирование представлений о технике бега. Совершенствование умения переходить с ходьбы на бег и обратно по сигналу.	
Ноябрь Неделя 1-2	«Осенние забавы»»	Создание представления о технике прыжков. Развитие скоростно-силовых качеств. Способствование формированию личностных качеств.	Прыжки: прыжки на двух ногах 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 ребенка на 10 - 15 см; Ору с обручем (прыжки из обруча в обруч). Подвижные игры : «Воробьи».
Ноябрь Неделя 3-4	«Снежинки»	Совершенствование техники равновесия. Развитие координации в пространстве. Развитие навыкам ловкости.	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. Ходьба в колонне по одному за самым ловким «котом» Подвижная игра: «Снежинки кружатся», Лесная тропинка, Канатоходцы, «Пробеги — не задень»
Декабрь Неделя 1-2	«Дикие животные» «Животные жарких стран»	Формирование начальных представлений о технике ползания и лазанья. Формирование способности координации и ориентировки в пространств. Совершенствование навыка равновесие.	Ползание и лазанье: ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3 - 4 м (взяв ее, 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; Подвижная игра: «Тоннель» , «Найдем жучка».
Декабрь Неделя 3-4	«Идем в магазин» «Новый год»	Создание начальных представлений о зимних видах спорта. Развитие ловкости и координации движений. Развитие способности к коллективным двигательным действиям.	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 ребенка с расстояния 1 - 1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м; ОРУ с мячом, ОРУ с мячом в парах. Подвижные игры: «Прокати мяч», «Кот и воробышки», «Быстро в домик». Игровое упражнение : «Прокати и догони».
Январь Неделя 1-2	«Каникулы!» «Зимние забавы»	Формирование начальных представлений о бросания, катания, ловли. Совершенствовать навыки координации движений и ориентировки в пространств. Совершенствование техники ловли мяча двумя руками. Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	
Январь Неделя 3-4	«Прогулка в зимний лес» «Зимняя одежда»	Профилактика заболеваний верхних дыхательных путей. Развитие координационных возможностей и умения сохранять устойчивое равновесие. Совершенствование навыка ходьбы.	Дыхательная гимнастика. Упражнения в движении, переменный бег между двумя линиями, ходьба с использованием предметов в руке. Ходьба в колонне по одному или игра малой подвижности по выбору детей.
Февраль Неделя 1-2	«Комнатные растения» «Наземный транспорт»	Укрепление и развитие кистей рук плечевого пояса. Профилактика нарушений осанки.	Упражнения: 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 в движении, ОРУ без предметов

Февраль Неделя 3-4	«День защитника Отечества. Профессии пап»	Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Профилактика нарушения осанки Совершенствование навыков равновесия и координации в пространстве.	Упражнения: повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребенку, 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; Подвижная игра : «Коршун и наседка».
Март Неделя 1-2	«Подарки весны (во саду ли, в огороде)»	Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника. Профилактика оппорно двигательного аппарата. Развитие качества – выносливость.	Упражнения: сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое; Упражнение «Кошечка», «Солнышко». Игра : Волна
Март Неделя 3-4	«Предметы домашнего обихода»	Развитие гибкости и координационных способностей. Профилактика нарушений осанки и неправильного формирования свода стопы.	Бег с изменением темпа, ритма и траектории движения, Упражнения на коврике «Собери камешки», «Профилактические дорожки», «Катание гимнастической палочки», «Ходьба по обручу»
Апрель Неделя 1-2	«Машинисты»	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег колонной по одному (игровое упражнение «Поезд»); ОРУс флажками ; Броски мяча вверх и ловля его двумя руками, ползание по скамейке .
Апрель Неделя 3-4	«Мышки»	Совершенствовать ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве повторить задание в равновесии и прыжках. Укрепление опорно-двигательного аппарата.	ОРУс кольцом (от кольцеброса), прыжки через шнуры. Подвижные игры : «Мыши в кладовой», «Где спрятался мышонок».
Май Неделя 1-2	«Цветущая весна» «Животные леса»	Совершенствование техники ловли мяча двумя руками. Развитие ловкости и координации движений. Ориентировка в пространстве.	Ходьба в колонне по одному. (По сигналу воспитателя: «Великаны!» - ходьбе носках, руки вверх; переход на обычную ходьбу. По сигналу: «Гномы!» - присед, руки положить на колени). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.

		Совершенствовать ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Ползание по гимнастической скамейке «Медвежата». Подвижная игра : «Найдем лягушонка»
Май Неделя 3-4	«Насекомые весной»	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесе повторить задание в равновесии.	Ходьба с препятствиями. Бег с равномерным и переменным темпом. Упражнения в кругу с использованием логоритмики, подвижные игры: «Жучки», «цветные автомобили», Ору без предметов Лазание на наклонную лесенку Подвижная игра: «Коршун и наседка».

Комплексно тематическое планирование младшей группы 3-4 года

Месяц/неделя	Темы	Основные задачи	Средства, формы работы
Сентябрь Неделя 1-2	«Здравствуй детский сад»	Создание представлений о технике безопасности на занятиях физической культурой. Развитие координационных возможностей и ловкости. Формирование навыков слаженных групповых действий.	Построения в колонну, в круг (по ориентирам). Бег равномерный, в рассыпную. Упражнения в движении: «паровозик», «трамвайчик», ОРУ без предметов с использованием логоритмики, подвижные игры: «бабочки», «самолёты». Тематическое занятие «Здравствуй, детский сад»
Сентябрь Неделя 3-4	«Мои игрушки» «Что нам осень подарила: овощи и фрукты»	Профилактика плоскостопия, нарушений осанки и неправильного формирования свода стопы. Развитие ловкости и координации. Формирование позитивного отношения к организованной двигательной активности.	Построения в колонну, в круг (по ориентирам). Бег равномерный, в рассыпную. Упражнения в движении, ОРУ без предметов, ОРУ с погремушками, подвижные игры: «самолёты», «веночек собери». Тематическое досуг «Собираем урожай». Анализ физического развития детей.
Октябрь Неделя 1-2	«Моя семья» «Мой дом. Посуда»	Профилактика плоскостопия, нарушений осанки и неправильного формирования свода стопы. Развитие координации и пространственной ориентацией.	Построения в шеренгу, колонну, в круг. Бег равномерный, в рассыпную. Упражнения в движении, упражнения в движении с использованием обручей. Тематическое занятие «Дары осеннего леса»

Октябрь Неделя 3-4	«Мой дом. Мебель» «Золотая осень»	Формирование начальных представлений о технике бега. Развитие быстроты и координационных возможностей. Формирование способности к выполнению двигательных действий в группе.	Ползание с опорой на голени и кисти Бег с равномерным и переменным темпом. Упражнения в кругу с использованием логоритмики, подвижные игры. День здоровья «Здравствуй, осень».
Ноябрь Неделя 1-2	«Одежда, обувь» «Домашние животные»	Дальнейшее формирование представлений о технике бега. Совершенствование умения переходить с ходьбы на бег и обратно по сигналу. Развитие быстроты, ловкости и умения сохранять устойчивое равновесие.	Упражнения в движении, ОРУ с предметами и без, переменный бег с использованием бубна, ходьба и бег между двумя линиями. Подвижные игры и игровые задания разной степени подвижности. Тематическое занятие «Что сегодня я надену?».
Ноябрь Неделя 3-4	«Домашние птицы» «Мы- друзья, подруги»	Создание представления о технике прыжка в длину с места. Развитие скоростно-силовых качеств. Способствование формированию волевых личностных качеств.	Бег с равномерным и переменным темпом. Прыжково-беговые упражнения с использованием канатов, погремушек и обручей, Тематическое занятие «Будем дружить!».
Декабрь Неделя 1-2	«Дикие животные» «Животные жарких стран»	Совершенствование техники ловли мяча двумя руками. Развитие ловкости и координации движений. Развитие способности к коллективным двигательным действиям.	Построения в шеренгу, колонну, в круг. Бег равномерный, в рассыпную ОРУ с мячом, ОРУ с мячом в парах, подвижные игры: «догони мяч», «лови, бросай, упасть не давай», Тематическое занятие «Кто где живет?».
Декабрь Неделя 3-4	«Идем в магазин» «Новый год»	Совершенствование техники бега. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки. Развитие быстроты и скоростных возможностей.	Упражнения в движении, переменный бег, прыжково-беговые упражнения. Бег с равномерным и переменным темпом. Прыжково-беговые упражнения Тематическое занятие «Новый год у ворот».
Январь Неделя 1-2	«Каникулы!» «Зимние забавы»	Создание начальных представлений о зимних видах спорта. Развитие гибкости и координационных способностей. Профилактика нарушений осанки и неправильного формирования свода стопы.	Упражнения с элементами стрейчинга. Бег с равномерным и переменным темпом. Прыжково-беговые упражнения ОРУ с использованием логоритмики. Спортивный праздник «Зимние забавы»

Январь Неделя 3-4	«Зима в лесу» «Зимняя одежда»	Профилактика заболеваний верхних дыхательных путей. Развитие координационных возможностей и умения сохранять устойчивое равновесие.	Дыхательная гимнастика. Упражнения в движении, переменный бег с использованием бубна, ходьба и бег между двумя линиями. Тематический досуг «Прогулка по зимнему лесу»
Февраль Неделя 1-2	«Комнатные растения» «Наземный транспорт»	Укрепление опорно-двигательного аппарата. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки. Развитие коллективизма и взаимовыручки.	Упражнения в движении, ОРУ без предметов, ОРУ с кубиками, подвижные игры: «самолёты», «цветные автомобили». Тематическое занятие «Отправляемся в путешествие».
Февраль Неделя 3-4	«День защитника Отечества. Профессии пап» «Зимующие птицы"	Развитие быстроты и координационных возможностей. Формирование способности к выполнению двигательных действий в группе.	Построения и перестроения в колонну, шеренгу, круг. Бег с равномерным и переменным темпом. Упражнения в кругу с использованием логоритмики, подвижные игры: «самолёты», «цветные автомобили» Спортивно-тематический праздник «Аты - баты шли солдаты».
Март Неделя 1-2	«Перелетные птицы» «Наши бабушки и мамы»	Профилактика плоскостопия, нарушений осанки и неправильного формирования свода стопы. Развитие координации и пространственной ориентацией.	Упражнения в движении, переменный бег с использованием бубна, ходьба и бег между двумя линиями. ОРУ без предметов Тематическое занятие «Будем маме помогать».
Март Неделя 3-4	«Предметы домашнего обихода» «Неделя театра»	Развитие гибкости и координационных способностей. Профилактика нарушений осанки и неправильного формирования свода стопы.	Бег с изменением темпа, ритма и траектории движения, Упражнения с элементами стрейчинга. ОРУ с использованием логоритмики. Тематическое занятие «Наши верные друзья».
Апрель Неделя 1-2	«Мои любимые книги» «Воздушный и водный транспорт»	Совершенствование техники бега. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки. Развитие быстроты и скоростных возможностей.	Построения и перестроения в колонну, шеренгу, круг Упражнения в движении, переменный бег, прыжково-беговые упражнения. Подвижные игры и упражнения «Ждут нас быстрые ракеты…», «накорми космонавта». Спортивный праздник «Веселое путешествие»
Апрель Неделя 3-4	«Дикие животные весной» «У нас гости»	Совершенствование техники прыжка в длину с места. Развитие скоростно-силовых качеств.	Равномерный бег, бег с изменением темпа, ритма и траектории движения, прыжково-беговые упражнения с использованием канатов, гимнастических палок и обручей. Тематическое занятие «Добро пожаловать!»

		Укрепление опорно-двигательного аппарата.	
Май Неделя 1-2	«Цветущая весна» «Домашние питомцы»	Совершенствование техники ловли мяча двумя руками. Развитие ловкости и координации движений. Развитие способности к коллективным двигательным действиям.	Упражнения в движении, ОРУ с мячом, ОРУ с мячом в парах, подвижные игры: «догони мяч», «лови, бросай, упасть не давай». Тематическое занятие «Кто с нами живет?»
Май Неделя 3-4	«Насекомые» «Солнце, воздух и вода- наши верные друзья!»	Развитие быстроты и координационных возможностей. Формирование способности к выполнению двигательных действий в группе.	Бег с равномерным и переменным темпом. Упражнения в кругу с использованием логоритмики, подвижные игры: «самолёты», «цветные автомобили», Тематическое занятие «Солнце, воздух и вода- наши верные друзья!»