

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета  
протокол № 1 от «16» августа 2017г

Утверждаю  
Заведующий МАДОУ д/с № 119  
Л.М. Ленковец  
Приказ № 171 от 16 августа 2017 г.



# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по образовательной области «Физическое развитие»  
с детьми 3-4 лет**

**Разработчик программы:  
Симакова Л.О.  
(инструктор по физической культуре)**

**Калининград**

**2017год**

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>№ п/п</b>	<b>Структура образовательной программы</b>	
<b>1.</b>	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ</b>	3-11
1.1.	<b>Пояснительная записка</b>	3-5
1.1.2.	Цели и задачи реализации Программы	3-4
1.1.3.	Принципы и подходы к формированию программы	4-5
1.2.	Значимые характеристики для разработки и реализации Программы, в том числе характеристики особенностей развития детей	5-10
1.3.	Планируемые результаты освоения Программы	10-11
<b>2.</b>	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ</b>	11-33
2.1.1.	Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка	11-12
2.1.2.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфика их образовательных потребностей и интересов	12-14
2.2.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	15-25
2.3.	Способы и направления поддержки детской инициативы	26
2.4.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	26-28
2.5.	Наиболее существенные характеристики содержания Программы	28-29
2.6.	Коррекционная работа	29-33
2.7.	Особенности организации мониторинга	33
<b>3.</b>	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	33-36
3.1.	Материально-техническое обеспечение Программы	33-34
3.1.1.	Специализированное учебное помещение	33
3.1.2.	Спортивная площадка	34
3.2.	Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	34
3.3.	Распорядок дня	34-35
3.4.	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	35
3.5.	Особенности организации, развивающей предметно - пространственной среды	35
3.6.	Краткая презентация	35-36

## **1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

### **1.1. Пояснительная записка**

Рабочая программа для детей 3-4 лет образовательной области "Физическое развитие" разработана с учетом специфики особенностей развития дошкольников и основных принципов построения психолого-педагогической работы, а также в соответствии с требованиями нормативных документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г. № 30384)
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2013 № 30038);
- Примерной образовательной программой дошкольного образования «Детство» Т.И.Бабаевой разработанной на основе и в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Основу настоящей программы составляет содержание образовательной области «Физическое развитие»

### **1.1.2. Цели и задачи реализации Программы**

#### **Цели реализации Программы:**

- формирование ценностей здорового образа жизни, развитие физических качеств детей, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка;
- организация разных видов деятельности ребенка и реализация программы в формах, специфических для детей 3-4 лет, прежде всего в форме игры, в форме двигательной активности, обеспечивающей физическое развитие ребенка, обеспечивающих достижение планируемых результатов освоения программы;
- развитие физических способностей и потенциала каждого ребенка;
- привлечение родителей (законных представителей), педагогических работников к здоровому образу жизни;
- организация мониторинга для обеспечения индивидуального подхода к детям, развития их склонностей и способностей.

### **Задачи реализации Программы:**

1. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.
3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.
4. Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и т.д.; выполнять правила подвижных игр.
5. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

**В учебном 2017-2018 году детский сад решает следующую задачу по физическому развитию детей:**

***Организация здоровьесберегающего пространства как среды воспитания здорового ребенка.***

В контексте данной задачи планируется организовать и провести следующие педагогические мероприятия:

- Семинар-практикум. Тема: «Организация проведения работы по формированию у детей активной жизненной позиции по отношению собственного здоровья». Цель: Развитие интеллектуальной и творческой инициативы педагогов».

- Консультации на темы: ««Основные виды движения», «Здоровьесберегающие технологии в педагогической системе ДОУ».

Мастер-класс «Игротека, сохрани здоровье детей».

### **1.1.3. Принципы и подходы к формированию Программы**

1. Принцип полноценного проживания ребенком детства, обогащение детского развития.
2. Принцип построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом дошкольного образования.
3. Принцип содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником образовательных отношений.
4. Принцип поддержки инициативы детей в различных видах деятельности.
5. Принцип сотрудничества с семьей.
6. Принцип приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
7. Принцип возрастной адекватности дошкольного образования,

соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития.

8. Принцип учета этнокультурной ситуации развития детей.

## **1.2. Значимые характеристики для разработки и реализации Программы, в том числе характеристики особенностей развития детей**

### **Анатомо-физиологические особенности развития организма детей четвертого года жизни.**

Рост ребенка на четвертом году жизни несколько замедляется относительно предыдущего периода – первых трех лет. Так, если к 2 годам рост детей увеличивался в среднем на 10–12 см, к 3 годам – на 10 см, то к 4 годам – всего на 6–7 см. В 3 года средний рост мальчиков равен 92,7 см, девочек – 91,6 см, соответственно в 4 года – 99,3 см и 98,7 см – ростовые показатели почти одинаковы. Рост детей четвертого года жизни находится во взаимосвязи с развитием основных видов движений – прыжков, бега, метания, равновесия. Дети высокого роста бегают быстрее сверстников, а невысокие ребята делают относительно мелкие шаги, но дополняют их высоким темпом передвижения. Способность к быстрому бегу определяется также индивидуальными различиями, координационными возможностями, которые в данной возрастной группе еще не велики.

В возрасте от трех до шести лет годовые увеличения в весе также примерно одинаковы для детей обоего пола. Прибавка в весе составляет в среднем 1,5–2 кг. В 3 года вес мальчиков составляет 14,6 кг, а девочек – 14,1 кг. К 4 годам это соотношение изменяется, соответственно составляя 16,1 кг и 15,8 кг. Окружность грудной клетки увеличивается, но разница между мальчиками и девочками по этому показателю незначительна. В 3 года эта величина составляет 52,6 см (мальчики) и 52 см (девочки), в 4 года – 53,9 см и 53,2 см.

Общей закономерностью развития опорно-двигательного аппарата в ранние периоды детства является его гибкость и эластичность. По мере роста ребенка происходит срастание отдельных костей черепа и его окончательное формирование. К 3–4 годам завершается срастание затылочной кости. К четверем годам приобретает свою форму и височная кость, завершается формирование межкостных швов. Объем черепа продолжает увеличиваться, достигая к трем годам 80 % объема черепа взрослого человека.

К 2–3 годам у детей заканчивается прорезывание молочных зубов, их количество приближается к 20. Их здоровье, рост и развитие во многом зависят от питания. Ребенок 3–4 лет в среднем затрачивает в день 1000–1600 калорий. В рацион входят белки, жиры, углеводы, минеральные соли, витамины и вода. Для построения костей скелета и зубов необходимы кальций и фосфор. Ребенок должен получать за сутки с молочными, рыбными и другими продуктами 1 г кальция, 1,5–2 г фосфора и 15–20 мг железа. До полутора лет позвоночник ребенка растет равномерно, затем замедляется рост шейных и верхнегрудных позвонков. В 5 лет вновь все отделы позвоночника

начинают расти равномерно. Гибкость и подвижность позвоночника обеспечиваются наличием значительного процента хрящевой ткани. Физиологические изгибы позвоночника в 3–4 года неустойчивы, кости и суставы легко подвергаются деформации под влиянием неблагоприятных воздействий. Например, если малыш часто лепит из слишком жесткого пластилина, суставы пальцев могут деформироваться. Отрицательно влияет на развитие опорно-двигательного аппарата излишний вес ребенка. Неправильные позы (сведение плеч, опускание одного плеча, сильный наклон головы вперед и вниз) могут стать привычными и привести к нарушению осанки, что, в свою очередь, отрицательно сказывается на функции кровообращения и дыхания.

Рост и развитие костей в большей мере связаны с работой мышц. Мышечный тонус (упругость) у младших дошкольников еще недостаточный. В развитии мышц выделяют несколько узловых возрастов. Один из них – 3–4 года. В этот период диаметр мышц увеличивается в 2–2,5 раза, происходит дифференциация мышечных волокон. Строение мышц, характерное для детей четвертого года жизни, сохраняется без существенных изменений до шестилетнего возраста. Мускулатура по отношению к общей массе тела и мышечная сила у ребенка 3–4 лет еще недостаточно развиты. Так, кистевая динамометрия (правая рука) в четыре года у мальчиков составляет 4,1 кг, а у девочек – 3,8 кг.

В этом возрасте крупная мускулатура в своем развитии преобладает над мелкой. Поэтому детям легче даются движения всей рукой (прокатить машинку, мяч и т. д.). Но постепенно в строительных дидактических играх, в изобразительной деятельности совершенствуются движения кисти, пальцев. Дети осваивают складывание башенок, пирамидок.

В упражнениях общеразвивающего характера при поднимании рук вверх, в стороны, при наклонах, поворотах и приседаниях малыши осваивают навыки владения телом. Однако для правильного воздействия на ту или иную группу мышц необходимы определенные исходные положения. В этом возрасте дети способны понять поставленную перед ними задачу – встать, ноги на ширину стопы или на ширину плеч.

Особенности строения дыхательных путей у детей дошкольного возраста (узкие просветы трахеи, бронхов и т. д., нежная слизистая оболочка) создают предрасположенность к нежелательным явлениям.

Рост легких с возрастом происходит за счет увеличения количества альвеол и их объема, что важно для процессов газообмена. Жизненная емкость легких в среднем равна 800–1100 мл. В раннем возрасте главной дыхательной мышцей является диафрагма, поэтому у малышек преобладает брюшной тип дыхания.

Ребенок 3–4 лет не может сознательно регулировать дыхание и согласовывать его с движением. Важно приучать детей дышать носом естественно и без задержки. При выполнении упражнений следует обращать внимание на момент выдоха, а не вдоха. Если во время бега или прыжков дети

начинают дышать через рот – это сигнал к тому, чтобы снизить дозировку выполняемых заданий. Упражнения в беге длятся 15–20 секунд (с повторением). Для малышей полезны упражнения, требующие усиленного выдоха: игры с пушинками, легкими бумажными изделиями.

Сердечно-сосудистая система ребенка, по сравнению с органами дыхания, лучше приспособлена к потребностям растущего организма. Однако сердце ребенка работает хорошо лишь при условии посильных нагрузок.

О реакции организма на физическую нагрузку судят по внешним признакам утомления: отвлекаемость, общая слабость, одышка, побледнение или покраснение лица и нарушение координации движений.

Развитие высшей нервной деятельности, особенно в раннем возрасте, во многом зависит от морфологического развития коры больших полушарий. В дальнейшем продолжается совершенствование центральной нервной системы, как морфологическое, так и функциональное.

К трем годам у ребенка значительно развита способность к анализу, синтезу и дифференциации (различению) раздражений окружающей среды. В этих процессах значительная роль принадлежит непосредственным восприятиям и речи, с помощью которых обобщаются и уточняются получаемые ребенком впечатления.

Внимание детей 3–4 лет еще неустойчиво, легко нарушается при изменении окружающей обстановки, под влиянием возникающего ориентировочного рефлекса.

### **Особенности развития детей 3-4 лет**

На рубеже трех лет любимым выражением ребенка становится «Я сам!» Отделение себя от взрослого и вместе с тем желание быть как взрослый — характерное противоречие кризиса трех лет.

Эмоциональное развитие ребенка этого возраста характеризуется проявлениями таких чувств и эмоций, как любовь к близким, привязанность к воспитателю, доброжелательное отношение к окружающим, сверстникам. Ребенок способен к эмоциональной отзывчивости — он может сопереживать другому ребенку.

В младшем дошкольном возрасте поведение ребенка непроизвольно, действия и поступки ситуативны, их последствия ребенок чаще всего не представляет, нормативно развивающемуся ребенку свойственно ощущение безопасности, доверчиво-активное отношение к окружающему.

Дети 3—4-х лет усваивают элементарные нормы и правила поведения, связанные с определенными разрешениями и запретами («можно», «нужно», «нельзя»).

В 3 года ребенок идентифицирует себя с представителями своего пола. В этом возрасте дети дифференцируют других людей по полу, возрасту; распознают детей, взрослых, пожилых людей, как в реальной жизни, так и на иллюстрациях.

У развивающегося трехлетнего человека есть все возможности овладения навыками самообслуживания (становление предпосылок трудовой

деятельности) — самостоятельно есть, одеваться, раздеваться, умываться, пользоваться носовым платком, расческой, полотенцем, отправлять свои естественные нужды. К концу четвертого года жизни младший дошкольник овладевает элементарной культурой поведения во время еды за столом и умывания в туалетной комнате. Подобные навыки основываются на определенном уровне развития двигательной сферы ребенка, одним из основных компонентов которого является уровень развития моторной координации.

В этот период высока потребность ребенка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Ребенок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.).

Накапливается определенный запас представлений о разнообразных свойствах предметов, явлениях окружающей действительности и о себе самом. В этом возрасте у ребенка при правильно организованном развитии уже должны быть сформированы основные сенсорные эталоны. Он знаком с основными цветами (красный, желтый, синий, зеленый). Трехлетний ребенок способен выбрать основные формы предметов (круг, овал, квадрат, прямоугольник, треугольник) по образцу, допуская иногда незначительные ошибки. Ему известны слова «больше», «меньше», и из двух предметов (палочек, кубиков, мячей и т. п.) он успешно выбирает больший или меньший.

В 3 года дети практически осваивают пространство своей комнаты (квартиры), групповой комнаты в детском саду, двора, где гуляют и т. п. На основании опыта у них складываются некоторые пространственные представления (рядом, перед, на, под). Освоение пространства происходит одновременно с развитием речи: ребенок учится пользоваться словами, обозначающими пространственные отношения (предлоги и наречия).

Малыш знаком с предметами ближайшего окружения, их назначением (на стуле сидят, из чашки пьют и т. п.), с назначением некоторых общественно-бытовых зданий (в магазине, супермаркете покупают игрушки, хлеб, молоко, одежду, обувь); имеет представления о знакомых средствах передвижения (легковая машина, грузовая машина, троллейбус, самолет, велосипед и т. п.), о некоторых профессиях (врач, шофер, дворник), праздниках (Новый год, день своего рождения), свойствах воды, снега, песка (снег белый, холодный, вода теплая и вода холодная, лед скользкий, твердый; из влажного песка можно лепить, делать куличики, а сухой песок рассыпается); различает и называет состояния погоды (холодно, тепло, дует ветер, идет дождь). На четвертом году жизни ребенок различает по форме, окраске, вкусу некоторые фрукты и овощи, знает два-три вида птиц, некоторых домашних животных, наиболее часто встречающихся насекомых.

Внимание детей четвертого года жизни произвольно, однако его устойчивость зависит от интереса к деятельности. Обычно ребенок этого



возраста может сосредоточиться в течение 10—15 минут, но привлекательное для него дело может длиться достаточно долго. Память детей непосредственна, произвольна и имеет яркую эмоциональную окраску. Дети сохраняют и воспроизводят только ту информацию, которая остается в их памяти без всяких внутренних усилий (понравившиеся стихи и песенки, 2—3 новых слова, рассмешивших или огорчивших его). Мышление трехлетнего ребенка является наглядно-действенным: малыш решает задачу путем непосредственного действия с предметами (складывание матрешки, пирамидки, мисочек, конструирование по образцу и т. п.). В 3 года воображение только начинает развиваться, и прежде всего это происходит в игре. Малыш действует с одним предметом и при этом воображает на его месте другой: палочка вместо ложечки, камешек вместо мыла, стул — машина для путешествий и т. д.

В младшем дошкольном возрасте ярко выражено стремление к деятельности. Взрослый для ребенка — носитель определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к развитию игры. Дети овладевают игровыми действиями с игрушками и предметами-заместителями, приобретают первичные умения ролевого поведения. Игра ребенка первой половины четвертого года жизни — это скорее игра рядом, чем вместе. В играх, возникающих по инициативе детей, отражаются умения, приобретенные в совместных со взрослым играх. Сюжеты игр простые, неразвернутые, содержащие одну-две роли.

Неумение объяснить свои действия партнеру по игре, договориться с ним приводит к конфликтам, которые дети не в силах самостоятельно разрешить. Конфликты чаще всего возникают по поводу игрушек. Постепенно к четырем годам ребенок начинает согласовывать свои действия, договариваться в процессе совместных игр, использовать речевые формы вежливого общения.

В 3—4 года ребенок начинает чаще и охотнее вступать в общение со сверстниками ради участия в общей игре или продуктивной деятельности. Однако ему все еще нужны поддержка и внимание взрослого. Главным средством общения со взрослыми и сверстниками является речь. Словарь младшего дошкольника состоит в основном из слов, обозначающих предметы обихода, игрушки, близких ему людей. Ребенок овладевает грамматическим строем речи, начинает использовать сложные предложения. Девочки по многим показателям развития (артикуляция, словарный запас, беглость речи, понимание прочитанного, запоминание увиденного и услышанного) превосходят мальчиков.

В 3—4 года в ситуации взаимодействия со взрослым продолжает формироваться интерес к книге и литературным персонажам. Круг чтения ребенка пополняется новыми произведениями, но уже известные тексты по-прежнему вызывают интерес.

Интерес к продуктивной деятельности неустойчив. Замысел управляется изображением и меняется по ходу работы, происходит овладение

изображением формы предметов. Работы чаще всего схематичны, поэтому трудно догадаться, что изобразил ребенок. Конструирование носит процессуальный характер. Ребенок может конструировать по образцу лишь элементарные предметные конструкции из двух-трех частей.

Музыкально-художественная деятельность детей носит непосредственный и синкретический характер. Восприятие музыкальных образов происходит при организации практической деятельности. Совершенствуется звукоразличение, слух: ребенок дифференцирует звуковые свойства предметов, осваивает звуковые предэталоны (громко — тихо, высоко — низко и прочее). Начинает проявлять интерес и избирательность по отношению к различным видам музыкально-художественной деятельности: пению, слушанию, музыкально-ритмическим движениям.

### **1.3. Планируемые результаты освоения Программы**

- Ребенок активно участвует в разнообразных видах деятельности: в играх, двигательных упражнениях;
- принимает цель в играх по показу и побуждению взрослых ребенок доводит начатую работу до определенного результата;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- сформирована соответствующая возрасту координация движений. Ребенок проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм.

#### **Результаты образовательной деятельности**

##### ***Достижения ребенка (Что нас радует)***

- Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.
- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.
- Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.
- Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.
- С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется

своей самостоятельности и результату.

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

***Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей***

- Ребенок малоподвижен, его двигательный опыт беден.
- Неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании).
- Затрудняется действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстает от общего темпа выполнения упражнений.
- Не испытывает интереса к физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями.
- Незнаком или имеет ограниченные представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни.
- Испытывает затруднения в самостоятельном выполнении процессов умывания, питания, одевания, элементарного ухода за своим внешним видом, в использовании носового платка, постоянно ждет помощи взрослого.

## **2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1.1. Образовательная деятельность в образовательной области «Физическое развитие» в соответствии с направлениями развития ребенка.**

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и другое).

#### **Двигательная деятельность**

*Порядковые упражнения.* Построения и перестроения: свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием. *Общеразвивающие упражнения.* Традиционные двухчастные общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу. *Основные движения.* *Ходьба.* Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не

шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске, ходьба и бег со сменой темпа и направления. Бег, не опуская головы. *Прыжки*. Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними. *Катание, бросание, метание*. Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками вдаль, в горизонтальную и вертикальную цели. *Лазание* по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание 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; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых. *Подвижные игры*. Основные правила в подвижных играх.

### ***Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами***

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.

### **2.1.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфика их образовательных потребностей и интересов.**

Младший возраст — важнейший период в развитии дошкольника, который характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В это время происходит переход ребенка к новым отношениям со взрослыми, сверстниками, с предметным миром.

Физические упражнения подбираются так, чтобы нагрузка распределялась равномерно на все части тела. При проведении упражнений общеразвивающего характера использовать различные исходные положения — сидя, лежа, на спине, животе и т. д. При выполнении упражнений стоя, это в основном стойка ноги на ширине стопы или плеч. Стойка "ноги вместе" неустойчива и нецелесообразна, поэтому используется редко.

Утомляет ребенка и отрицательно сказывается на состоянии и развитии опорно-двигательного аппарата длительное пребывание в статической позе. Если педагог перед выполнением упражнения долго выравнивает детей, многословно объясняет задание, порой до 1–1,5 минут, это снижает двигательную активность, отрицательно сказывается на осанке детей, их внимании, выполнении упражнений. Продолжительность объяснений не должна превышать 20–25 секунд (многое зависит от сложности задания, в этом случае надо перевести детей в положение сидя).

При обучении основным видам движений – равновесию и прыжкам, как правило, используют поточный способ организации детей. В упражнениях с мячами (катание, перебрасывание, бросание и ловля мяча) обычно используют фронтальный способ организации, что повышает двигательную активность детей и увеличивает моторную плотность занятия в целом. Необходимо соблюдать определенную дозировку физических упражнений. Так, количество упражнений общеразвивающего характера составляет 4–5 и повторяется 4–5 раз. Темп проведения упражнений и необходимые паузы зависят от физической подготовленности детей каждой конкретной группы.

Воспитатель выполняет упражнение вместе с детьми, показывая и поясняя его. Наклоны и приседания педагог выполняет 2–3 раза и задает темп выполнения заданий. Далее дети действуют самостоятельно, прислушиваясь к указаниям педагога.

При проведении упражнений учитывается, что двигательные умения, формируемые у детей, непрочны и требуют многократных повторений, даже если упражнения несложны по своей структуре. Воспитатель сначала выполняет упражнение 2–3 раза вместе с детьми и поясняет его. Затем следит за тем, как малыши самостоятельно справляются с заданием, дает им указания, помогает. Это приучает детей к самостоятельности и формирует осознанность действий. В момент выполнения упражнений ребенок не всегда может понять указания воспитателя и тогда ему следует оказать непосредственную помощь, например, повернуть его корпус, придать руке нужное положение.

Вновь приобретенные умения и навыки могут быть реализованы не только на физкультурных занятиях, но и в жизненно важной самостоятельной двигательной деятельности детей.

Психологи обращают внимание на кризис трех лет, когда младший дошкольник, еще недавно такой покладистый, начинает проявлять нетерпимость к опеке взрослого, стремление настоять на своем требовании, упорство в осуществлении своих целей. Это свидетельствует о том, что прежний тип взаимоотношений взрослого и ребенка должен быть изменен в направлении предоставления дошкольнику большей самостоятельности и обогащения его деятельности новым содержанием. Если же новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, то возникают собственно кризисные явления в системе «ребенок — взрослый», что проявляется в капризах, упрямстве, строптивости, своеволии по отношению к взрослым (в контактах со сверстниками этого не происходит).

Характерное для младшего дошкольника требование «я сам» отражает прежде всего появление у него новой потребности в самостоятельных действиях, а не фактический уровень возможностей. Поэтому задача взрослого — поддержать стремление к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать его веру в собственные силы, высказывая нетерпение по поводу его медленных и неумелых действий. Необходимо помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности «Я — молодец!».

Самостоятельность формируется у младшего дошкольника в совместной деятельности со взрослыми и непосредственно в личном опыте. В

совместной деятельности педагог помогает ребенку освоить новые способы и приемы действий, показывает пример поведения и отношения. Он постепенно расширяет область самостоятельных действий ребенка с учетом его растущих возможностей и своей положительной оценкой усиливает стремление без помощи взрослого добиться лучшего результата. Под руководством педагога дети успешно осваивают умения самообслуживания, культурно-гигиенические навыки, новые предметные и игровые действия

Под влиянием общения происходят большие изменения в развитии речи: значительно увеличивается запас слов, совершенствуется грамматический строй речи. При этом дети пользуются не только простыми, но и сложными предложениями. Целесообразно использовать подвижные игры с речевым сопровождением.

Особое внимание уделяется ознакомлению детей с разнообразными способами обследования формы, цвета, величины и других признаков предметов, использованию сенсорных эталонов (круг, квадрат, треугольник). Ребенок оказывается способным не только объединять предметы по внешнему сходству (форма, цвет, величина), но и усваивать общепринятые представления о группах предметов.

У младших дошкольников возрастает целенаправленность действий. В играх, двигательной деятельности педагог помогает детям принимать цель и связывать результат с поставленной целью. В 4 года дети способны представить ход практического действия, но все еще не могут заранее рассказать о действии, которое нужно произвести. В этом им помогает педагог.

На четвертом году жизни развивается интерес к общению со сверстниками. Взаимоотношения между детьми возникают на основе интереса к действиям с привлекательными предметами, игрушками. Эти действия постепенно приобретают совместный, взаимозависимый характер. Игра — любимая деятельность младших дошкольников. Задача педагога состоит в том, чтобы сделать игру содержанием детской жизни. Игра и игровые приемы сопровождают дошкольников в течение всего времени пребывания в детском саду.

Доверие и привязанность к воспитателю — необходимые условия хорошего самочувствия и развития ребенка в детском саду. Младший дошкольник особенно нуждается в материнской поддержке педагога. Он стремится получить эмоциональную оценку взрослого — одобрение, похвалу, ласку. Ощувив любовь педагога, младший дошкольник становится более уверенным и общительным, с удовольствием подражает действиям взрослого.

Дети активно овладевают способами игровой деятельности — игровыми действиями с игрушками и предметами-заместителями, приобретают первичные умения ролевого поведения. Новый игровой опыт педагог передает ребенку в совместной с ним игре. Младший дошкольник охотно подражает показываемым ему игровым действиям

Воспитатель привлекает малышей к играм в маленьких подгруппах, к общим хороводным и образным имитационным играм, к парным поручениям. Педагог внимательно наблюдает за тем, как развивается общение со сверстниками у каждого ребенка, и соответственно обогащает детский опыт.

## **2.2. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик**

Развитие ребенка в образовательном процессе детского сада осуществляется целостно в процессе всей его жизнедеятельности. В то же время освоение любого вида деятельности требует обучения общим и специальным умениям, необходимым для ее осуществления.

Особенностью организации образовательной деятельности является ситуационный подход. Основной единицей образовательного процесса выступает образовательная ситуация, то есть такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения. Образовательная ситуация протекает в конкретный временной период образовательной деятельности. Особенностью образовательной ситуации является появление образовательного результата (продукта) в ходе специально организованного взаимодействия воспитателя и ребенка. Ориентация на конечный продукт определяет технологию создания образовательных ситуаций.

Преимущественно образовательные ситуации носят комплексный характер и включают задачи, реализуемые в разных видах деятельности на одном тематическом содержании.

Образовательные ситуации используются в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. Главными задачами таких образовательных ситуаций являются формирование у детей новых умений, навыков.

Педагог создает разнообразные образовательные ситуации, побуждающие детей применять свои знания и умения, активно искать новые пути решения возникшей в ситуации задачи, проявлять эмоциональную отзывчивость и творчество. Организованные педагогом образовательные ситуации ставят детей перед необходимостью понять, принять и разрешить поставленную задачу.

Педагог также широко использует ситуации выбора. Предоставление дошкольникам реальных прав практического выбора средств, цели, задач и условий своей деятельности создает почву для личного самовыражения и самостоятельности.

Непосредственно образовательная деятельность основана на организации педагогом видов деятельности, заданных ФГОС дошкольного образования.

Игровая деятельность является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. В организованной образовательной деятельности она выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности ребенка дошкольного возраста. В младшей группе детского сада игровая деятельность является основой решения всех образовательных задач.

Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах — это развивающие, подвижные игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации.

Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой, требования к проведению которых согласуются дошкольной организацией с положениями действующего СанПиН.

Коммуникативная деятельность направлена на решение задач, связанных с развитием свободного общения детей и освоением всех компонентов устной речи, освоение культуры общения, воспитание толерантности.

Познавательная-исследовательская деятельность включает в себя широкое познание детьми объектов живой и неживой природы, предметного и социального мира (мира взрослых и детей, деятельности людей, знакомство с семьей и взаимоотношениями людей, городом, страной и другими странами), безопасного поведения, освоение средств и способов познания (моделирования, экспериментирования), сенсорное развитие детей.

Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, требует особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами воспитания, обучения и развития ребенка.

Образовательная деятельность, осуществляемая в утренний отрезок времени, включает:

- двигательную деятельность детей, активность которой зависит от содержания организационной образовательной деятельности в первой половине дня.

Во второй половине дня организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. В культурных практиках создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей.

Совместная игра воспитателя и детей направлена на обогащение содержания творческих игр, освоение детьми игровых умений, необходимых для организации самостоятельной игры.

Детский досуг — вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. Как правило, в детском саду организуются досуги «Здоровья и подвижных игр», «Веселый спортсмен», «В гостях у доктора Айболита»



## Тематический план

### С Е Н Т Я Б Р Ъ

I	II	III	IV
<p align="center"><b>Оценка индивидуального развития детей в рамках педагогической диагностики (мониторинга)</b></p>		<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 3</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 4</i></p>
		<p><b>Сюжетное занятие</b>  <b>Тема: «Мой веселый звонкий мяч»</b>  <u>Пр. содержание:</u> учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади; закрепить умение прокатывать мяч в определенном направлении, подбрасывать и ловить мяч, не прижимая к груди.  <i>См. Подольская с.41-43</i></p>	<p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в прыжках, умение действовать по сигналу.                      1. Корректирующая ходьба, «карлики», «великаны», упражнение на равновесие, упражнение на дыхание.                      2. Упр. «Мячики», игр. задание «Птички», п/и «Кот и воробышки»                      3. Игра м/п «Найди птичку»</p>
		<p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения с мячами – катание мячей в прямом направлении, друг другу, бросание мячей вперед.                      Подвижные игры "Пузырь", "Мой веселый звонкий мяч", "Найди свой домик"  <i>См. Пензулаева Л.И., сент. (3 нед.)</i></p>	<p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения на равновесие – "Пойдем по мостику" (по доске, шириной 25 см).                      Подвижные игры с мячом, с прыжками.  <i>См. Пензулаева Л.И., сент. (2 нед.)</i></p>

## О К Т Я Б Р Ъ

I	II	III	IV
<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 5</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в лазании и прыжках.                      1. Корректирующая ходьба, упр. для рук, дыхание, равновесие.                      2. Упр. «Под мостиком», игр. задание «Мячики», п/и «Догони мяч»                      3. Игра м/п «На внимание» (кегли)</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> Игровые упражнения "Мышки", "Цыплята" (высота шнура – 50–40 см); с мячом – докати мяч до кегли (до кубика).                      Подвижные игры "Мой веселый звонкий мяч", "Поймай комара", "Бегите ко мне"  <i>См. Пензулаева Л.И., окт. (1 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 6</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в равновесии и прокатывании мяча.                      1. Корректирующая ходьба, бег, упр на дыхание.                      2. Упр. «Пройдем по мостику», «Кто дальше», п/и «Ловкий шофер»                      3. Игра м/п «Найдем жучка».</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения "Пойдем по мостику", "Побежим по дорожке" (ходьба и бег между двумя линиями), "Попрыгаем, как зайки (как мячики)".                      Подвижные игры "Поезд", "Кот и воробышки", "Найди свой домик"  <i>См. Пензулаева Л.И., окт. (2 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 7</i></p> <p style="text-align: center;"><b>Сюжетное занятие</b>  <b>Тема: «Волшебное колесо»</b>  <u>Пр. содержание:</u> закреплять умение прыгать на обеих ногах с продвижением вперед, совершенствовать навыки действия с обручем.  <i>См. Подольская с.46-48</i></p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: прыжки – "перепрыгнем канавку"; (прыжки через шнур, положенный на землю); с мячом – "Докати до кегли", "Чей мяч дальше!".                      Подвижные игры "Поезд", "Найдем игрушку".  <i>См. Пензулаева Л.И., окт. (3 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 8</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в ползании, в прыжках.                      1. Корректирующая ходьба, бег, упр на равновесие.                      2. Упр. «Крокодильчики», «Проползи – не задень», п/и «Зайка серый умывается»                      3. Игра м/п «Найди зайку»</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения с мячом – катание мячей друг другу, "Прокати мяч по дорожке". Прыжки с продвижением вперед.                      Подвижные игры "Поймай комара", "Догони мяч", "По мостику", "Наседка и цыплята".  <i>См. Пензулаева Л.И., окт. (4 нед.)</i></p>

## Н О Я Б Р Ъ

I	II	III	IV
<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 9</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в прыжках, в умении владеть мячом            1.Корректирующая ходьба, упр. для рук, дыхание, равновесие.            2.Упр. «Из обруча в обруч», «Сбей кеглю», п/и «Ловкий шофер»            3.Игра м/п «Мяч по кругу».</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: лазание под дугу (шнуры); с мячом – "Прокати и догони мяч; равновесие – "Пробеги по мостику (по дорожке)".            Подвижные игры "Мыши в кладовой", "Поезд", "По ровненькой дорожке".  <i>См. Пензулаева Л.И., ноябрь (1нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 10</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в равновесии, в метании.            1. Корректирующая ходьба, упр. для рук, бег, упр. для дыхания.            2. Упр. «Попади в цель», «Пробеги по мостику», п/и «Мыши в кладовой»            3. Игра м/п «Где спрятался мышонок?»</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: равновесие – ходьба из обруча в обруч; прыжки – "Перепрыгни из ямки в ямку (из обруча в обруч).            Подвижные игры "Наседка и цыплята", "Догони мяч".  <i>См. Пензулаева Л.И., ноябрь (2 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 11</i></p> <p><b>Сюжетное занятие</b>  <b>Тема: «Цыплята»</b>  <u>Пр. содержание:</u> учить прыгать в длину с места; закрепить умение правильно занимать исходное положение и правильно выполнять замах при метании вдаль из свободной стойки  <i>См. Подольская с.51-54</i></p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: прыжки – до кубика; "Перепрыгни ручеек"; с мячом – "Прокати до мяча до кегли и сбей ее".            Подвижные игры: "Кот и мыши", "Найди свой домик".  <i>См. Пензулаева Л.И., н. (3 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 12</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ползании, равновесии.            1. Корректирующая ходьба, бег, упр. на равновесие.            2. Упр. «Доползи до кегли», «Канатоходцы», п/и «Поймай комара».            3. Игра м/п «Угадай кто зовет»</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения с мячом – катание мячей в парах; "Прокати в ворота"; ползание – "Доползи до зайки (на ладонях и коленях.) Подвижные игры "Пузырь", "Поймай комара", "Зайка серый умывается".  <i>См. Пензулаева Л.И., н. (4 нед.)</i></p>

## ДЕКАБРЬ

I	II	III	IV
<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 13</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в прокатывании мяча, в прыжках.            1. Корректирующая ходьба, упр. для рук, дыхание, равновесие.            2. Упр. «Кто дальше прыгнет», «Катаем в парах», п/и «Коршун и птенчики»            3. Игра м/п «Найдем птенчика»</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: подлезание – "Пролезть в норку" (высота 40–50 см); равновесие – "пройти по дорожке", "Перешагни через кубик"; с мячом – "Прокати и догони мяч", "Поймай мяч, брошенный воспитателем".            Подвижные игры: "Найди свой домик", "Бегите ко мне"  <i>См. Пензулаева Л.И., дек. (1 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 14</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в прыжках, равновесии.            1. Корректирующая ходьба, упр. для рук, бег, упр. для дыхания.            2. Упр. «Спрыгни вниз», «По дорожке», п/и «Найди свой домик»            3. Игра м/п «Светофор»</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения на равновесие "Пройди по мостику (снежному валу)" (ширина 20 см); прыжки из обруча в обруч, "с кочки на кочку", "из ямки в ямку"; метание "попади снежком в корзину; накорми белку шишками.            Подвижные игры "Наседка и цыплята", "Пузырь", "Воробышки и кот".  <i>См. Пензулаева Л.И., дек. (2 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 15</i></p> <p><b>Сюжетное занятие</b>  <b>Тема: «Мы – веселые игрушки»</b>  <u>Пр. содержание:</u> закрепить умение подлезать под препятствия ограниченной высоты; совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади.  <i>См. Подольская с. 65-69</i></p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: прыжки – спрыгивание со скамейки (высота 20 см); с мячом – прокатывание между предметами (кубики, кегли); друг другу, в прямом направлении. Подвижные игры с прыжками и бегом.  <i>См. Пензулаева Л.И., дек. (3 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре; и сохранении равновесия при ходьбе по доске.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 16</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в ползании, равновесии.            1. Корректирующая ходьба, бег, упр. на равновесие.            2. Упр.: «Под мостиком», «По бревнышку», п/и «Птица и птенчики»            3. Игра м/п «Мяч по кругу»</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения с мячом.            Подвижные игры "По ровненькой дорожке", "Лягушки", "Птица и птенчики"  <i>См. Пензулаева Л.И., дек. (4 нед.)</i></p>

**Я Н В А Р Ь**

I	II	III	IV
	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 18</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в ползании, прыжках.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Корректирующая ходьба, упр. для рук, бег, упр. для дыхания</li> <li>2. Игр. упражнения: «По мостику», «Прыжки змейкой», п/и «Птица и птенчики»</li> <li>3. Игра м/п «Найди птичку»</li> </ol> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнения: ходьба по доске, прыжки со скамейки, прыжки на месте. С мячом – катание в ворота; в прямом направлении, вокруг предметов (кегли, кубики, стулья).                      Подвижные игры: "Наседка и цыплята", "Лохматый пес", "Найди свой домик".  <i>См. Пензулаева Л.И., янв. (2 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 19</i></p> <p><b>Сюжетное занятие</b>  <b>Тема: «Путешествие в поезде»</b>  <u>Пр. содержание:</u> учить разнообразным видам ходьбы, закрепить умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади.  <i>См. Подольская с. 71-74</i></p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: прыжки продвигаясь вперед; прыжки со скамейки; прыжки вокруг предметов. Игровые упражнения с мячом – катание между предметами, вокруг предметов.                      Подвижные игры: "Найди свой цвет", "Воробышки и кот", "Пузырь".  <i>См. Пензулаева Л.И., янв. (3 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 20</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в прокатывании мяча, равновесии.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Корректирующая ходьба, бег, упр. на равновесие</li> <li>2. Игр. упражнения «Попади в ворота», «Через ручеек», п/и «Лохматый пес»</li> <li>3. Игра м/п «Мяч по кругу»</li> </ol> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: катание мяча между двумя линиями, в ворота друг другу; лазание под шнур, не касаясь руками пола – "мышки" ("котят", "цыплята").                      Подвижные игры "Лягушки", "Поймай снежинку", "Догони мяч", "Добеги до кубика (кегли)".  <i>См. Пензулаева Л.И., янв. (4 нед.)</i></p>

**Ф Е В Р А Л Ь**

I	II	III	IV
<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 21</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в прыжках, лазании.                      1.Корректирующая ходьба, упр. для рук, дыхание, равновесие.                      2. Игровые упр.: «Верх по лесенке», «Прыгаем, как зайчики», п/и «Найди свой цвет».                      3. Игра м/п «Светофор»</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: подлезание, не касаясь руками пола (высота 40–50 см) – "мышки", "кролики"; ходьба по доске (ширина 15–20 см); ходьба по снежному валу: катание мячей в прямом направлении.                      Подвижные игры "Мышки", "Поезд", "Найди свой цвет"  <i>См. Пензулаева Л.И., февр. (1 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 22</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в метании, прыжках.                      1.Корректирующая ходьба, упр. для рук, бег, упр. для дыхания                      2.Игровые упр.: «Попади в корзину», «До флажка», п/и «Воробышки в гнездышках»                      3.Игра м/п «Вызов по имени»</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: равновесие, ходьба по скамейке (высота 20 см), по снежному валу, перешагивание через кубики, бруски; прыжки – прыжки с высоты 15 см.                      Подвижные игры "Наседка и цыплята", "Лохматый пес", "Найди свой цвет"  <i>См. Пензулаева Л.И., февр. (2 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 23</i></p> <p><b>Сюжетное занятие</b>  <b>Тема: «Летчики»</b>  <u>Пр. содержание:</u> учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперед; закрепить навык бега по ограниченной площади.  <i>См. Подольская с. 79-81</i></p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: прыжки – из ямки в ямку, через шнуры; катание мячей друг другу, в прямом направлении, бросание снежков вдаль правой и левой рукой.                      Подвижные игры: "По ровненькой дорожке", "Лягушки", "Поймай снежинку", "Поезд"  <i>См. Пензулаева Л.И., февр. (3 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 24</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в подлезании и бросании мяча.                      1. Корректирующая ходьба, бег, упр. на равновесие                      2. Игр. упражнения: «Не задень», «Перебрось», п/и «Лягушки»                      3. Игра м/п «Великаны и гномы»</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: с мячом – бросание мяча вдаль из-за головы двумя руками; бросание снежков правой и левой рукой, катание мяча по дорожке; подлезание под дугу (высотой 40–50 см), не касаясь руками пола.                      Подвижные игры "Воробышки и кот", "Поезд", "Лягушки"  <i>См. Пензулаева Л.И., февр. (4 нед.)</i></p>

**МАРТ**

I	II	III	IV
<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 25</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в метании, прыжках.                      1. Корректирующая ходьба, упр. для рук, дыхание, равновесие.                      2. Игровые упр.: «Прыгаем змейкой», «Попади в корзину», п/и «Найди свой домик»                      3. Игра м/п «Передай мяч»</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: лазание под шнур (высота 40 см); прыжки – перепрыгивание через шнуры. Равновесие – перебрасывание через шнуры, кубики, бруски, ходьба по доске.                      Подвижные игры: "Кролики", "Найди свой цвет"  <i>См. Пензулаева Л.И., март (1 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 26</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в прыжках, равновесии.                      1.Корректирующая ходьба, упр. для рук, бег, упр. для дыхания.                      2.Игровые упр.: «Кто дальше прыгнет», «Канатоходцы», п/и «Найди свой цвет»                      3.Игра м/п «Великаны и гномы»</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: равновесие – ходьба по шнуру, лежащему прямо. Метание – перебрасывание мяча друг другу, катание мяча – "Сбей кеглю";                      Подвижные игры "Найди свой домик", "Зайка серый умывается".  <i>См. Пензулаева Л.И., март (2 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 27</i></p> <p><b>Сюжетное занятие</b>  <b>Тема: «Веселые кегли»</b>  <u>Пр. содержание:</u> учить детей сохранять равновесие при ходьбе и беге между предметами; закрепить умение прокатывать мяч ногой между предметами.  <i>См. Подольская с.81-83</i></p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: прыжки через шнуры; бросание вверх и ловля мяча двумя руками; лазание – ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени.                      Подвижные игры: "Кролики", "Лягушки".  <i>См. Пензулаева Л.И., март (3 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 28</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в бросании мяча, в равновесии.                      1. Корректирующая ходьба, бег, упр. на равновесие                      2. Игр. упражнения: «Поймай мяч», «По мостику», п/и «Автомобили»                      3. Игра м/п «Светофор»</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: лазание под шнур (высота 40 см), равновесие – ходьба по скамейке (высота 20 см); прыжки – перепрыгивание через две линии (ширина 20 см).                      Подвижные игры "По ровненькой дорожке", "Поезд".  <i>См. Пензулаева Л.И., март (4 н.)</i></p>

## А П Р Е Л Ь

I	II	III	IV
<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 29</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в равновесии, метании            1. Корректирующая ходьба, упр. для рук, дыхание, равновесие.            2. Игровые упр.: «Боком по мостику», «Кто дальше», п/и «Тишина»            3. Игра м/п «Угадай, кто позвал»</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: ползание под шнур (высота 50 см); прыжки – перепрыгивание через шнур – «ручеек».            Подвижные игры "Поймай комара", "Найди свой цвет".  <i>См. Пензулаева Л.И., апр. (1 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 30</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в прыжках, лазании.            1. Корректирующая ходьба, упр. для рук, бег, упр. для дыхания.            2. Игровые упр.: «Вверх по лесенке», «Спрыгнули вниз», п/и «По ровненькой дорожке»            3. Игра м/п «Вызов по имени»</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: равновесие – ходьба по скамейке, перешагивая через кубики; прокатывание мяча между предметами.            Подвижные игры: "Воробышки и кот", "Лягушки".  <i>См. Пензулаева Л.И., апр. (2 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 31</i></p> <p><b>Сюжетное занятие</b>  <b>Тема:</b> «Доктор Пилюлькин»  <u>Пр. содержание:</u> учить забрасывать мяч в корзину двумя руками от груди движением локтей снизу в верх. Закрепить умение пробегать под вращающейся скакалкой.  <i>См. Подольская с. 83-86</i></p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: метание – прокатывание мяча в ворота; равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук. Подвижные игры "Мы топаем ногами" "Найди свой цвет"  <i>См. Пензулаева Л.И., апр. (3 нед.)</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 32</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в равновесии, в действиях с мячом.            1. Корректирующая ходьба, бег, упр. на равновесие            2. Игровые упр.: «Через речку», «Бросил – поймал», п/и «Огуречик, огуречик»            3. Игра м/п «Великаны и гномы»</p> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> игровые упражнения: лазание под дугу (высота 50 см); прыжки с продвижением вперед на двух ногах. Подвижные игры "Сбей кеглю", "Наседка и цыплята".  <i>См. Пензулаева Л.И., апр. (4 нед.)</i></p>



**М А Й**

I	II	III	IV
<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> повторить ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 33</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в ползании, прыжках.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Корректирующая ходьба, упр. для рук, дыхание, равновесие.</li> <li>2. Игровые упр. «Медвежата», «С обруча в обруч», п/и «Мыши в кладовой»</li> <li>3. Игра м/п «Светофор»</li> </ol> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 34</i></p>	<p><b>Обучающее занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх, и ловля его; ползание по гимнастической скамейке  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 35</i></p> <p><b>Игровое занятие</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в бросании мяча, в равновесии.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Корректирующая ходьба, упр. для рук, бег, упр. для дыхания.</li> <li>2. Игровые упр.: «По мостику», «Самый меткий», п/и «Воробышки и кот»</li> <li>3. Игра м/п «Найди кота»</li> </ol> <p><b>Занятие на воздухе</b>  <u>Пр. содержание:</u> упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.  <i>См. Пензулаева Л.И., з. № 36</i></p>	<p><b>Оценка индивидуального развития детей в рамках педагогической диагностики (мониторинга)</b></p>	

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

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность играть в соответствии с собственными интересами является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка в детском саду. Самостоятельная деятельность детей протекает преимущественно в утренний отрезок времени и во второй половине дня.

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

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

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

Своим одобрением и примером педагог поддерживает стремление к положительным поступкам, способствует становлению положительной самооценки, которой ребенок начинает дорожить.

Младшие дошкольники — это в первую очередь деятели, а не наблюдатели. Опыт активной разнообразной деятельности составляет важнейшее условие их развития. Поэтому пребывание ребенка в детском саду организуется так, чтобы он получил возможность участвовать в разнообразных делах: в играх, двигательных упражнениях, в действиях по обследованию свойств и качеств предметов и их использованию.

### **2.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников**

Одним из важных принципов технологии реализации программы является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс физического развития детей в ДОУ. При этом сам педагог определяет, какие задачи он сможет более эффективно решить при взаимодействии с

семьей, как поддерживать с родителями деловые и личные контакты, вовлекать их в процесс совместного физического воспитания дошкольников.

В младшем дошкольном возрасте большинство детей только приходят в детский сад, и родители знакомятся с педагогами ДОО. Поэтому задача педагога — заинтересовать родителей возможностями совместного воспитания ребенка, показать родителям их особую роль в физическом развитии малыша.

Вместе с тем в этот период происходит и установление личных и деловых контактов между педагогами и родителями. В общении с родителями педагог показывает свою заинтересованность в физическом развитии ребенка, выделяет те яркие положительные черты, которыми обладает каждый малыш, вселяет в родителей уверенность, что они смогут обеспечить его полноценное развитие.

В ходе бесед, консультаций, родительских собраний педагог не только информирует родителей, но и предоставляет им возможность высказать свою точку зрения, поделиться проблемой, обратиться с просьбой.

Такая позиция педагога способствует развитию его сотрудничества с семьей, поможет родителям почувствовать уверенность в своих педагогических возможностях.

*Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников*

1. Познакомить родителей с особенностями физического, социально-личностного развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям ДОО.
2. Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.
3. Познакомить родителей с особой ролью семьи, близких в социально-личностном развитии дошкольников. Совместно с родителями развивать доброжелательное отношение ребенка ко взрослым и сверстникам, эмоциональную отзывчивость к близким, уверенность в своих силах.
4. Развивать у родителей интерес к совместным играм и занятиям с ребенком дома, познакомить их со способами развития воображения, творческих проявлений ребенка в разных видах двигательной и игровой деятельности.

### **Направления взаимодействия педагога с родителями**

Педагогу важно изучить своеобразие семей, особенности семейного воспитания, выяснить состояние физкультурно-оздоровительной работы в семье, уровень педагогических и специальных знаний родителей, необходимых для организации физического воспитания в семье. И самое главное – выявить темы, которые волнуют родителей в вопросах физического развития. Для этого проводится анкетирование родителей.

Анализируя результаты анкетирования, педагог определяет наиболее значимые темы для педагогического образования родителей группы, например, «Этапы закаливания», «Как научить ребенка плавать», «Как организовать семейный досуг».

В беседах с педагогом родители знакомятся с возможными средствами повышения своей психолого-педагогической компетентности по вопросам физического развития ребенка. Это знакомство с материалами информационных памяток и тематических газет, консультации.

Постепенно педагог включает родителей в активное сотрудничество, нацеливает их на совместное физическое развитие ребенка.

Педагогическое образование родителей младших дошкольников ориентировано на развитие активной, компетентной позиции родителя.

Педагог знакомит родителей с факторами укрепления здоровья детей, обращая особое внимание на их значимость в период адаптации ребенка к детскому саду.

Особенно важно вызвать у родителей младших дошкольников интерес к вопросам здоровья ребенка, желание укреплять его не только медицинскими средствами, но и с помощью правильной организации режима, питания, совместных с родителями физических упражнений, зарядки, подвижных игр, прогулок. В ходе бесед «Как одевать ребенка зимой», «Как уберечь ребенка от простуды?» педагог подводит родителей к пониманию того, что основным фактором сохранения здоровья ребенка становится здоровый образ жизни его семьи.

Педагог стремится активно включать родителей в совместную деятельность с их детьми — подвижные игры, развлечения. Очень важно помочь родителям получать удовольствие от совместных игр, общения со своим ребенком. Например, «Сильные, ловкие, смелые», где дети вместе с родителями играют в подвижные игры.

Сплочению родителей и педагогов будет способствовать совместное с родителями оформление групповых газет, фотоальбомов: «Вот так, чемпион». В таком альбоме, кроме фотографий детей, можно представить зарисовки родителей, рассказы о детях, о семье, о совместных занятиях физической культурой.

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

## **2.5. Наиболее существенные характеристики содержания Программы (современная социокультурная ситуация развития ребенка)**

Программа учитывает специфику национальных, социокультурных и иных условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащих к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющим различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья.

Обучение осуществляется на русском языке. Население г. Калининграда (около 420 тыс. человек), многонациональное: самыми многочисленными являются русские. В результате миграционных процессов появилось множество малочисленных народностей: белорусы, украинцы, литовцы. Исторически сложилось так, что приоритетное направление получило развитие рыболовецкого, торгового флота, а в связи с эксклавным положением области – развитие военно-морского флота.

### **Особенности осуществления образовательного процесса:**

<b>Особенности</b>	<b>Характеристика региона (муниципалитета)</b>	<b>В ОУ</b>
Демографические	С 2000-х годов наблюдается естественный прирост населения города. Рост рождаемости способствовал поиску путей решения проблемы охвата детей услугами дошкольного образования.	Функционируют: группа КП.
Природно-климатические и экологические	Город расположен на северо-западе. Климатические условия: крайняя неустойчивость и быстрая изменчивость погоды, повышенная	Планирование образовательного процесса с включением

	влажность, большое количество осадков, преобладание западных направлений ветров	вариативных режимов дня. Ведение углубленной работы экологической направленности в связи с природными особенностями местности (экскурсии в: Ботанический сад, историко-краеведческий музей, экоцентр, Куршскую косу).
Национально – культурные и этнокультурные	Население г. Калининграда (около 420 тысяч чел.), многонациональное: самыми многочисленными являются русские. В результате миграционных процессов появилось множество малочисленных народностей: казахи, армяне, азербайджанцы, белорусы, украинцы и т.д.	Включение детей, для которых русский язык не родной, в развивающую среду ОУ, приобщение к речевой культуре нашего социума.
Социально - исторические	Город Калининград и Калининградская обл. всегда являлись центром рыбодобывающей отрасли. Это является главной спецификой региона.	Введение тем, направленных на ознакомление воспитанников с профессиональной деятельностью взрослых (моряки, рыбаки пограничники, строители и др.), с историей края, знаменитыми земляками.

## 2.6. Коррекционная работа

Основная цель образовательной области «Физическое развитие» — совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации; улучшение качества жизни детей с ОВЗ посредством физической активности и спорта.

Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей и в семье, и в дошкольном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников. В режиме должны быть предусмотрены занятия физкультурой, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия

Задачи коррекционной образовательной деятельности в рамках образовательной области «Физическое развитие»

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи.

Основная задача — стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма;

- посредством двигательной активности способствовать речевому развитию;
- формирование начальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
- укрепление здоровья обучающихся, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, выработка устойчивости, приспособленности организма к неблагоприятным условиям внешней среды;
- содействие гармоничному физическому развитию;
- повышение физической и умственной работоспособности;
- овладение школой движения;
- развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и двигательных способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, сознательное их применение в целях отдыха, тренировки, укрепления здоровья;
- воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

#### *Характеристика особенностей развития ребенка 3-4 лет*

В этом возрасте крупная мускулатура в своем развитии преобладает над мелкой. Поэтому детям легче даются движения всей рукой (прокатить машинку, мяч и т. д.). Но постепенно в строительных дидактических играх, в изобразительной деятельности совершенствуются движения кисти, пальцев. Дети осваивают складывание башенок, пирамидок. В упражнениях общеразвивающего характера при поднимании рук вверх, в стороны, при наклонах, поворотах и приседаниях малыши осваивают навыки владения телом. Однако для правильного воздействия на ту или иную группу мышц необходимы определенные исходные положения. В этом возрасте дети способны понять поставленную перед ними задачу – встать, ноги на ширину стопы или на ширину плеч и т. д. При проведении упражнений следует учитывать, что двигательные умения, формируемые у детей, непрочны и требуют многократных повторений, даже если упражнения несложны по своей структуре.

#### *Особенности организации образовательной деятельности*

- организация образовательной деятельности без принуждения; ненасильственные формы организации;
- присутствие субъектных отношений педагога и детей (сотрудничество, партнерство);
- игровая цель или другая интересная детям;
- преобладание диалога воспитателя с детьми;
- предоставление детям возможности выбора материалов, оборудования, деятельности;
- более свободная структура ОД;
- приемы развивающего обучения.

#### *Содержание образовательной деятельности*

Детям, с задержкой речевого развития присуще некоторое отставание в развитии двигательной сферы, проявляющееся плохой координацией движений, неуверенностью в выполнении дозированных движений, снижением скорости и ловкости движений,

трудностью реализации сложных двигательных программ, требующих пространственно-временной организации движений общих, мелких, артикуляторных.

С расстройствами речи тесно связано нарушение мелкой моторики рук: недостаточная координация пальцев, замедленность и неловкость движений, застревание на одной позе.

Указанные отклонения в развитии детей, страдающих речевыми аномалиями, спонтанно не преодолеваются. Они требуют специально организованной работы по их коррекции.

НОД в рамках образовательной области «Физическое развитие» содействует правильному физическому развитию и закаливанию организма, повышению физической и умственной работоспособности, освоению основных двигательных умений и навыков.

Двигательная активность, осуществляющаяся в процессе физического воспитания, является необходимым условием нормального развития центральной нервной системы обучающегося, средством усовершенствования межанализаторного взаимодействия.

Важнейшим требованием в работе с детьми с ОВЗ – это обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдение гигиенических норм.

Правильное физическое воспитание - необходимое условие нормального развития всего организма. Благодаря двигательной активности обеспечивается развитие сердечно-сосудистой системы и органов дыхания, улучшается обмен веществ, повышается общий тонус жизнедеятельности.

Содержание образовательной области «Физическое развитие» тесно связано с содержанием всех образовательных областей, обеспечивая закрепление знаний о необходимости сохранения и укрепления здоровья, об общественной и личной гигиене, установку на здоровый образ жизни, а также с коррекционным курсом «Логопедическая ритмика», способствуя выработке координированных, точных и полных по объему движений, синхронизированных с темпом и ритмом музыки.

Ведущее место в системе физического воспитания занимает занятие. На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В соответствии с действующим СанПиНом в каждой дошкольной группе проводятся три физкультурных занятия в неделю. Из них: два занятия организуется в зале, одно - на свежем воздухе во время прогулки в виде подвижных или спортивных игр. Эффективность обучения двигательным действиям зависит от методики проведения занятия, от того, как в процессе обучения активизируется познавательная

деятельность детей, насколько сознательно относятся они к усвоению двигательных действий.

Педагог на занятиях по физической культуре сообщает детям необходимые сведения о режиме дня, о закаливании организма, правильном дыхании, осанке, прививает и закрепляет гигиенические навыки (уход за телом, мытье рук после занятий, опрятность физкультурной формы), воспитывает устойчивый интерес и привычку к систематическим занятиям физической культурой.

В настоящее время в систему занятий по физическому развитию для детей с ОВЗ включается комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями, преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни.

Два раза в месяц в содержание игровых занятий планируются и проводятся подвижные речевые игры. Проводя занятия по физической культуре, педагог упрощает основное движение для детей ОВЗ или уменьшает количество раз. В работу включаются физические упражнения: построение в шеренгу (вдоль линии), в колонну друг за другом, в круг; ходьба; бег, прыжки; лазанье; ползание; метание; общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Так же проводятся подвижные игры, направленных на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

В летний период планируется и проводится индивидуальная и подгрупповая работа с детьми ОВЗ. Индивидуальные занятия направлены на развитие и поддержку способностей ребенка в соответствии с его возможностями. Они строятся на оценке достижений ребенка и определения зоны его ближайшего развития. Каждое занятие выстраивается с учетом действий всех специалистов, работающих с ребенком. Например, работу логопеда по развитию речи дополняет работа психолога по развитию коммуникативных функций и работа инструктора по развитию крупной моторики.

Формируя у дошкольников жизненно важные умения и навыки, следует уделять надлежащее внимание и выработке у них умения быстро и точно выполнять мелкие движения пальцами рук, умело взаимодействовать обеими руками, быстро перестраивать движения в соответствии с двигательной задачей.

Развитие движений рук у детей ОВЗ обеспечивают повышение работоспособности головного мозга, способствуют успешности овладения различными видами деятельности.

### **Тематический план работы с детьми ОВЗ**

<b>Месяц</b>	<b>Неделя</b>	<b>Название игры</b>
Сентябрь	IV	«В темном лесу есть избушка»
Октябрь	II	«Листопад»
	IV	«Сосна»
Ноябрь	II	«Тополь пожелтел»
	IV	«Дуб»
Декабрь	II	«Солнце»
	IV	«Под елочкой»
Январь	II	«Мороз»
	IV	«Снег летит»



Февраль	II	«Падают снежинки»
	IV	«Король»
Март	II	«Рябина»
	IV	«Дождь»
Апрель	II	«Семья»
	IV	«Тучи дождевые»
Май	II	«Гномик»
Июнь	II	«Король»
	IV	«Буратино потянулся»
Июль	II	«Ракета»
	IV	«Скачет лягушка»
Август	II	«Теленок»
	IV	«Гномик»

## 2.7. Особенности организации мониторинга

Проведение диагностики осуществляется по программе Т.И.Бабаевой «Детство», проводится по возрастам, с учетом следующих показателей:

- умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие, в разных направлениях по указанию взрослого;
- может ползать на четвереньках, лазать по лестнице-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом;
- энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места;
- катает мяч в заданном направлении с расстояния, бросает мяч двумя руками от груди, из-за головы; умеет ударять мячом об пол, бросает вверх 2-3 раза подряд и ловит; метает предметы правой и левой руками.

Результаты мониторинга образовательного процесса, то есть уровни овладения необходимыми навыками и умениями фиксируются в специальных таблицах, автор Верицагина Н.В. Таблицы заполняются дважды в год – в начале и конце учебного года для проведения сравнительной диагностики.

Технология работы с таблицами включает два этапа. Сперва считается итоговый показатель по каждому ребенку. Этот показатель необходим для написания характеристики на конкретного ребенка и проведения индивидуального учета промежуточных результатов физического развития и для планирования дальнейшей работы для улучшения результатов. Второй этап – итоговый показатель по группе. Этот показатель необходим для описания общегрупповых тенденций развития детей.

Двухступенчатая система мониторинга позволяет оперативно выделять детей с проблемами в физическом развитии, а также определять трудности реализации программного содержания в каждой конкретной группе.

## 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

### 3.1. Материально-техническое обеспечение Программы

#### 3.1.1. Специализированное учебное помещение

##### Спортивный зал.

Основное учебное оборудование: велотренажёр детский, тренажер «Степпер», мягкие модули, ребристые дорожки, гимнастические скамейки, обручи маленькие и большие, гимнастические палки, скакалки, мячи резиновые, большие и малые островки, мешочки с песком, ленты разноцветные, гимнастические маты, кегли, гимнастический

снаряд «Дорожка», конус с отверстиями, пластмассовые шары, сетка волейбольная, баскетбольная стойка, ракетки для бадминтона, баскетбольные мячи, волейбольные мячи, набивные мячи.

### 3.1.2. Спортивная площадка.

Спортивная площадка расположена на улице, с резиновым покрытием, имеется разметка. Оборудованная футбольными воротами, баскетбольными щитами, имеется гимнастическое бревно.

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

### Методические материалы.

1. Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т. И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др. — СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014. — 352с.

2. Кудрявцева В.Т. «Развивающая педагогика оздоровления», М., Линка – пресс, 2000 год.

3. Громова С. П. «Физкультурно-оздоровительная работа с дошкольниками: новые подходы», Калининград, 2001 год.

4. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет», М., «Просвещение», 2003 год.

5. Сочеванова Е.А. «Комплексы утренней гимнастики для детей 3-4 лет», Детство-Пресс, Сп-б, 2009.

6. Анисимова М.С. «Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста», 2012 год.

7. Хухлаева Д. В. «Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях», М., «Просвещение», 2001 год.

8. Подольская Е.И. «Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет», Волгоград, 2011.

9. Лескова Г.П. «Общеразвивающие упражнения в детском саду», М., «Просвещение», 1981.

10. Голомидова С.Е. Физическое развитие ребенка. Младшая и средняя группы, Волгоград, 2005.

### Средства обучения и воспитания.

аудио-записи маршевой музыки, музыки для бега, схемы – упражнения для общеразвивающих упражнений, картотеки подвижных игр в зимний период, основных движений, физминуток, русских народных игр, пособие с элементами моделирование для игры «Веселые звери».

### 3.3. Распорядок дня.

Режимные моменты	Время	Количество
Утренняя гимнастика	5-6 минут	
Образовательная деятельность (образовательная ситуация на игровой основе) в спортивном зале	15 минут	2 раза в неделю
Образовательная деятельность (образовательная ситуация на игровой основе) на улице	15 минут	1 раз в неделю
День здоровья	20-25 минут	Раз в месяц

### **3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.**

Задача педагога — приобщение к здоровому образу жизни, укрепление здоровья детей, их физическое развитие, реализация природной двигательной активности детей, создание атмосферы радости общения.

Раз в месяц организуется и проводится День здоровья. В контексте темы проводится спортивный праздник с участием сказочного персонажа. Примерные темы «Веселый зоопарк», «Космос», «Веселые спортсмены», «Путешествие на Куршскую косу». В ходе праздника организуются игры-забавы, игры – аттракционы.

Летом еженедельно проводятся спортивные праздники, развлечения, викторины. В жаркую погоду проводятся веселые игры с водой.

В течение года организуются спортивные праздники и развлечения. Осенью – «Праздник 1 сентября», зимой – «Встреча Зимушки-зимы», весной – «Всемирный День здоровья», летом – «Здравствуй, лето-красное!»

### **3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.**

Насыщенная развивающая предметно-пространственная среда становится основой для организации физического развития каждого ребенка.

Детям должны быть доступны все функциональные пространства физкультурного зала и спортивной площадки, включая те, которые предназначены для взрослых.

Обстановка в спортивном зале безопасная для ребенка. У младших детей активно развиваются движения, в том числе ходьба, бег, лазание. Вместе с тем движения еще плохо координированы, нет ловкости, быстроты реакции, увертливости. Поэтому при пространственной организации среды оборудование расположено по периметру зала. Для стимулирования двигательной активности обстановку включены оборудование для пролезания, подлезания, перелезания, например, пластиковые кубы с отверстиями.

Некоторые игровые атрибуты заменены предметами-заместителями для развития воображения ребенка, расширения творческих возможностей игры.

Подобраны внешне привлекательные и яркие материалы. Все оборудование доступно для ребенка, это способствует развитию его активности, самостоятельности.

Имеется оборудование для развития мелкой моторики, а также и крупной моторики руки. Это мячи разных размеров и фактур, обручи, кегли. Для развития основного движения - метания, имеются мешочки разного веса. Так же имеются набивные мячи. Для развития лазания имеются гимнастические скамейки. Все оборудование изготовлено из качественных материалов и имеют сертификаты качества.

### **3.6. Краткая презентация.**

Данная рабочая программа разработана на основе Основной общеобразовательной программы МАДОУ детского сада № 119 и Примерной образовательной программы дошкольного образования Детство под редакцией Т.И.Бабаевой.

Структура рабочей программы выдержана в соответствии с ФГОС дошкольного образования:

- выделены три раздела: целевой, содержательный, организационный;
- представлены содержание и особенности организации образовательного процесса во второй младшей группе;
- дана характеристика особенностей развития детей и планируемых результатов

освоения программы в возрасте 3-4 лет;

- описаны вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы; особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик детей; способы и направления поддержки детских инициатив; особенности организации мониторинга;

- охарактеризованы особенности взаимодействия с семьями воспитанников;

- определено содержание методических материалов и средств обучения и воспитания; раскрыты особенности традиционных событий, праздников, мероприятий; особенности организации предметно-пространственной среды;

- описана коррекционная работа с детьми ОВЗ;

- в приложении дан тематический план.

Данная рабочая программа ориентирована на охрану и укрепление физического здоровья детей, нацелена на их физическое развитие.