

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –
Центр развития ребенка – детский сад №14 г. Балтийска

СОГЛАСОВАНО
на Педагогическом совете
Протокол № 1
от «28» 08 2024 г.



**Рабочая программа
образовательной программы дошкольного образования
МБДОУ ЦРР д/с №14
по образовательной области «Физическое развитие»
(обучающиеся 3-4 лет)
на 2024 – 2025 учебный год**

Разработчик: Гаврильченко Н.И.,
инструктор по физической культуре

г. Балтийск
2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Структура образовательной программы	
1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	3-10
1.1.	Пояснительная записка Программы	3
1.1.2.	Цели и задачи реализации Программы	3-5
1.1.3.	Принципы и подходы к формированию Программы	5-6
1.2.	Значимые характеристики для разработки и реализации Программы, в том числе характеристики особенностей развития детей	6-9
1.3.	Планируемые результаты освоения Программы	9-10
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	10-33
2.1.1.	Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка	10
2.1.2.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфика их образовательных потребностей и интересов	11-12
2.2.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	12-13
2.3.	Перспективное планирование образовательной области	14-29
2.4.	Способы и направления поддержки детской инициативы	30
2.5.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	30-33
2.6.	Наиболее существенные характеристики содержания Программы	32-34
2.7.	Особенности организации мониторинга	33
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	33-37
3.1.	Материально-техническое обеспечение Программы	33-35
3.2.	Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	35-36
3.3.	Распорядок дня	36
3.4.	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	36
3.5.	Особенности организации, развивающей предметно-пространственной среды	36-37

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:

- развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям;
- 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;
- 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 педагога.

Основные направления, задачи физического развития.

Для эффективного управления процессом двигательной деятельности, целенаправленного развития умений и способностей ребенка, улучшения его

функционального физического состояния предлагаются три направления в едином процессе: оздоровительное, воспитательное и образовательное.

Целеполагающие основы оздоровительного направления в первую очередь решают проблему качественного улучшения физического развития и физического состояния ребенка. Объективной основой воспитательного направления являются органическая взаимосвязь физического и духовного развития дошкольников; развитие нравственности, формирование эстетических взглядов и убеждений, отношения и самовыражения в трудовых действиях в процессе физического развития. В содержание образовательного направления входят обучение естественным видам движений и развитие двигательных качеств. Требования каждого направления приводят к различным изменениям состояния детей в плане здоровья, воспитания и уровня образованности, а в целом дают школе личность с определенными характерно направленными свойствами, гармонически сочетающую в себе разные элементы жизнедеятельности, развитие которых может в дальнейшем осуществляться с максимально возможной равномерностью.

Оздоровительное направление:

обеспечивает укрепление здоровья детей средствами физической культуры; направлено на развитие компенсаторных функций, устранение недостатков в физическом развитии, повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам внутренней и внешней среды.

Задачи оздоровительного направления:

1. Формировать правильное отношение детей к физкультурным занятиям, мероприятиям. Для этого предусматривается специально ориентированная система мер, методов и методических приемов, применяемых с учетом возраста детей: широкое использование естественных факторов природы; хороший гигиенический уход, четко организованный режим дня; наличие благоприятных условий для разнообразной деятельности, и прежде всего для движений ребенка.
2. Формировать на доступном уровне необходимые знания в области гигиены, медицины, физической культуры.
3. Формировать у детей жизненно важные двигательные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья. Реализация этой задачи основана прежде всего на знании особенностей высшей нервной деятельности ребенка, других его физиологических особенностей, в частности нервно-мышечного аппарата, а также индивидуальных проявлений в развитии детей.

Образовательное направление:

обеспечивает усвоение систематизированных знаний; формирование двигательных умений и навыков; развитие двигательных способностей, предусматривая в первую очередь формирование отношения к двигательной-активной деятельности, интереса и потребности в физическом совершенствовании ребенка; внедрение в практику нетрадиционных методов и приемов формирования движений и развития физических качеств.

Задачи образовательного направления:

1. Организовать процесс обучения в естественных условиях и обстоятельствах.
2. Создавать условия для самостоятельного познания окружающей действительности в двигательной сфере с помощью собственных усилий в процессе решения двигательных задач.
3. Способствовать в процессе обучения двигательным действиям развитию эмоциональной сферы.
4. Обращать самое серьезное внимание на постановку частных задач при обучении отдельным двигательным действиям, формирование и совершенствование новых двигательных умений и навыков в прикладном, спортивном направлении.

Конкретная и правильная постановка частных задач при обучении отдельному двигательному действию обеспечивается соблюдением следующих положений:

- с целью достижения необходимого результата при обучении движениям и

двигательным действиям;

- детализирование применительно к особенностям действий, являющихся предметом обучения;
- индивидуализировано применительно к возможностям обучаемых, зависящих от их возрастных, половых, личностных особенностей и уровня подготовленности;
- в определенной последовательности, задаваемой объективными закономерностями формирования двигательного действия и логикой учебного процесса.

Воспитательное направление:

обеспечивает социальное формирование личности; воспитание ее с учетом фактора развития; воспитание человека с творческими способностями, предусматривающее нравственные, умственные, трудовые и эстетические потребности личности.

Задачи воспитательного направления:

1. Способствовать проявлению разумной смелости, решительности, уверенности в своих силах с помощью подбора физических упражнений, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям детей.
2. Создавать условия для выполнения физических упражнений, направленных на преодоление трудностей физического характера, терпение и выносливость.
3. Научить детей ухаживать за спортивным оборудованием, инвентарем, пользоваться им. Постоянно напоминать им о необходимости бережно относиться к своей и общественной собственности.
4. Влиять на формирование чувства прекрасного, способствовать гармоничному, пропорциональному развитию тела, стойкости, формированию осанки, изяществу, ловкости, грациозности и уверенности в движениях.
5. Создавать условия для проявления положительных эмоций.

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.

Принципы, регламентирующие деятельность педагога в физическом развитии детей.

Принцип фасцинации (очарование). Важным фактором в физическом совершенствовании дошкольников является развитие у них интереса к процессу движений и двигательных действий, что в свою очередь облегчает учебно-воспитательный процесс, делает его плодотворным и способствует формированию у детей положительного отношения к предмету деятельности, с которым им приходится заниматься. Ребенка нужно очаровать предметом, и сделать это легко. В каждом предмете есть столько интересного для него. Педагогу важно каждый раз открывать для ребенка новые качества предмета очарования, но делать это надо не без участия самого ребенка. Пусть и он внесет свою посильную лепту. Сотворчество — важный регулятор очарования. Очаровать окружающей действительностью также нетрудно. Несложно очаровать ребенка и собой. И это обязательно нужно. Дети должны очаровываться и друг другом. На занятиях по

физической культуре есть большие возможности проявления интереса друг к другу.

Принцип синкретичности (соединение, объединение). Он отражает единство в выборе средств и методов воздействия на ребенка. В практике физического развития достаточно эффективно удается управлять процессом двигательной деятельности детей и целенаправленно развивать умения и способности ребенка. Но это происходит лишь в том случае, когда мы опираемся не только на имеющиеся средства, методы, принципы, а привлекаем все то, что находится в поле зрения самого ребенка и взрослого, и даже то, что находится за пределами видимости. То есть в процессе физического образования и воспитания дошкольника необходимо создать такие условия, в которых его физические и духовные возможности раскроются во всей полноте.

Принцип творческой направленности. В результате этого принципа ребенок самостоятельно создает новые движения, основанные на использовании его двигательного опыта и наличия мотива, побуждающего к творческой деятельности.

В процессе выполнения заданий, упражнений педагог дает полную возможность ребенку самому создавать различные двигательные ситуации, самостоятельно решать те или иные двигательные задачи. Если то или иное решение двигательной задачи не удастся ребенку или имеются существенные недостатки, только в этом случае можно корректировать движения ребенка. Делать это воспитатель должен умело, без излишнего напряжения как для ребенка, так и для самого себя.

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 четырем 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

полтора 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 малышей 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 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.

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;

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.

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 наносящим 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. **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.

Педагог 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.

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 педагогу — 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

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.

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 педагога 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», «Зимние забавы», «Азбука здоровья», «Путешествие в страну Волшебных мячей» и др.

2.3. Перспективное планирование по образовательной области «Физическое развитие»

Месяц, неделя	Задачи	ОРУ (комплекс упражнений)	Подвижная игра	Релаксация
Сентябрь 1 – 2 неделя	Диагностика			
3 неделя	Учить: ходьбе в колонне по одному; бегу в колонне по одному; ходьбе между двумя линиями (расстояние 20 см); прыжкам на двух ногах на месте (подпрыгивание) 2 – 3 раза; прокатыванию мяча двумя руками от черты в прямом направлении; подлезанию под шнур (высота шнура от пола 50 см) на четвереньках с опорой на ладони и колени (3 – 4 раза); разучить комплекс упражнений без предметов. Развивать: ориентировку в пространстве.	Комплекс упражнений (без предметов)	«Медвежата»	«Осенние листочки»
4 неделя	Учить: ходьбе парами за инструктором; бегу парами за инструктором; бегу между двумя линиями (расстояние 20 см); скатыванию мяча по наклонной доске; Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе между двумя линиями (расстояние 20 см); в подлезании под шнур (высота шнура от пола 50 см) на четвереньках с опорой на ладони и колени (3 – 4 раза); в выполнении комплекса упражнений без предметов. Развивать: координацию движений, ловкость, ориентировку в пространстве.	Комплекс упражнений (без предметов)	«Медвежата»	«Осенние листочки»

Октябрь 1 неделя	Учить: ходьбе на носках; ходьбе с высоким подниманием колен; ходьбе по кругу друг за другом; бегу по кругу друг за другом. перепрыгиванию через шнур, положенный на пол; перекачиванию мяча друг другу в парах из исходного положения сидя, ноги врозь (расстояние между детьми 1 – 1,5 м). ползанию на четвереньках по прямой (расстояние 5 м); разучить комплекс упражнений с мячом. Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе и беге между двумя линиями (расстояние 20 см). Развивать: ориентировку в пространстве.	Комплекс упражнений (с мячом)	«Наседка и цыплята»	«Ветерок»
2 неделя	Учить: ходьбе на пятках; ходьбе вокруг кубиков с остановкой по сигналу; бегу вокруг кубиков с остановкой по сигналу; прокатыванию мяча в парах в ворота (ноги детей раздвинуты) из положения стоя (расстояние между детьми 1,5м). подлезанию под дугу (высота дуги 40 – 50 см). Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе с высоким подниманием колен; в перепрыгивании через шнур, положенный на пол; в ходьбе и беге между двумя линиями (расстояние 20 см); в выполнении комплекса упражнений с мячом. Развивать: координацию движений, ловкость, ориентировку в пространстве.	Комплекс упражнений (с мячом)	«Наседка и цыплята»	«Ветерок»
3 неделя	Учить: ходьбе по кругу друг за другом вокруг кубиков с остановкой по сигналу; ходьбе врассыпную; бегу врассыпную, катанию мяча от себя друг другу, стоя на коленях (расстояние между детьми 1,5 м); разучить комплекс упражнений без предметов.			

	Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в перепрыгивании через шнур, положенный на пол; в ходьбе и беге между двумя линиями (расстояние 20 см); подлезание под шнур на четвереньках с опорой на ладони и колени (высота шнура от пола 40 – 50 см). Развивать: ориентировку в пространстве.	Комплекс упражнений (без предметов)	«Воробушки и автомобиль»	«На полянке»
4 неделя	Учить: ходьбе с приседанием; ловле мяча от инструктора (расстояние между ребенком и инструктором 70 – 100 см). Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе по кругу друг за другом вокруг кубиков с остановкой по сигналу; в выполнении комплекса упражнений без предметов. Закреплять: умения перепрыгивать через шнур, положенный на пол; ходить и бегать между двумя линиями (расстояние 20 см); подлезать под шнур на четвереньках с опорой на ладони и колени (высота шнура от пола 40 – 50 см). Развивать: координацию движений, ловкость, ориентировку в пространстве.	Комплекс упражнений (без предметов).	«Воробушки и автомобиль»	«На полянке»

Ноябрь 1 неделя	Учить: ходьбе в полуприседе; ходьбе по кругу друг за другом с переходом на бег и обратно на ходьбу; прыжкам с продвижением вперед (на расстояние 1,5 – 2 м); прокатыванию мяча между предметами; подлезанию под веревку на четвереньках (высота веревки от пола 40 – 50 см); разучить комплекс упражнений с детскими гантелями. Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе на носках; в ходьбе с высоким подниманием колен; в и.у. «Лови, бросай, упасть не давай» (бросание и ловля мяча от инструктора (расстояние от инструктора до ребенка 70 – 100 см). Развивать: ориентировку в пространстве. Закреплять: умение ходить и бегать между двумя линиями (расстояние 20 см). Укреплять: мышцы стоп.	Комплекс упражнений (гантелями)	«Мыши в кладовой»	«Кукушка»
2 неделя	Учить: ходьбе на пятках; подбрасыванию мяча (невысоко) вверх и ловля его. Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе в полуприседе; в ходьбе с высоким подниманием колен; в ходьбе по кругу друг за другом с переходом на бег и обратно на ходьбу; в прыжках с продвижением вперед (на расстояние 1,5 – 2 м); в подлезании под веревку на четвереньках (высота веревки от пола 40 – 50 см); в выполнении комплекса упражнений с детскими гантелями. Закреплять: умение ходить и бегать между двумя линиями (расстояние 20 см). Развивать: координацию движений, ловкость, ориентировку в пространстве.	Комплекс упражнений (гантелями)	«Мыши в кладовой»	«Кукушка»

	Укреплять: мышцы стоп.			
3 неделя	Учить: ходьбе змейкой; прыжкам из обруча в обруч (диаметр обруча 30 см); ходьбе по доске, положенной на полу (ширина доски 20 см); бросанию мяча двумя руками из – за головы вдаль; разучить комплекс упражнений без предметов. Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе на носках; в ходьбе с высоким подниманием колен; в ходьбе по кругу друг за другом; в беге по кругу друг за другом; в и.у. «Лови, бросай, упасть не давай»; в подлезании под дугу на четвереньках (высота дуги 40 – 50 см). Развивать: координацию движений, ловкость, ориентировку в пространстве. Укреплять: мышцы стоп.	Комплекс упражнений (без предметов)	«Лягушки»	«На болоте»
4 неделя	Учить: ходьбе врассыпную; отбиванию мяча о пол. Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе на пятках; в ходьбе змейкой; в ходьбе с высоким подниманием колен; в беге по кругу друг за другом; в прыжках из обруча в обруч (диаметр обруча 30 см);	Комплекс упражнений (без предметов)	«Лягушки»	«На болоте»

	в ходьбе по доске, положенной на полу (ширина доски 20 см). в выполнении комплекса упражнений без предметов. Закреплять: умения подлезать под дугу на четвереньках (высота дуги 40 – 50 см); бросать мяч и ловить от педагога с расстояния 70 – 100 см (и.у. «Лови, бросай, упасть не давай». Развивать: координацию движений, ловкость, ориентировку в пространстве. Укреплять: мышцы стопы. Воспитывать: доброжелательное отношение к взрослому и сверстникам.			
--	---	--	--	--

Декабрь 1 неделя	Учить: ходьбе в колонне по одному с остановкой на сигнал; бегу в колонне по одному с остановкой на сигнал; мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги со скамейки (высота скамейки 20 см); катанию мяча друг другу в приседе на корточках (расстояние между детьми 1,5 м); разучить комплекс упражнений с малым обручем. Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе на носках; в ходьбе врассыпную; в ходьбе змейкой. Закреплять: умения ходить по доске, положенной на полу (ширина доски 20 см); подлезать под дугу (высота дуги 40 см) на четвереньках. Развивать: ловкость, глазомер.	Комплекс упражнений (с малым обручем)	«Воробышки и кот»	«Ручеёк»
2 неделя	Учить: ходьбе на внешней стороне стопы; ходьбе в колонне по одному с остановкой на сигнал; бегу в колонне по одному с остановкой на сигнал. Упражнять: в ходьбе в колонне по одному;	Комплекс упражнений (с малым обручем)	«Воробышки и кот»	« Ручеёк»

	в ходьбе на пятках; в ходьбе змейкой; в мягком прыгивании на полусогнутые ноги со скамейки (высота скамейки 20 см); в выполнении комплекса упражнений с малым обручем. Закреплять: умения ходить по доске, положенной на полу (ширина доски 20 см); отбивать мяча о пол; подлезать под дугу (высота дуги 40 см) на четвереньках. Развивать: ловкость, глазомер.			
3 неделя	Учить: построению парами; ходьбе парами по кругу, не держась за руки; бегу врассыпную; прыгивание с куба (высота 20 см); ходьбе по доске, руки на поясе (ширина доски 20 см); скатыванию мяча по наклонной доске; пролезанию в обруч на четвереньках (обруч в вертикальном положении на полу). Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе на носках; в ходьбе с высоким подниманием колен; в ходьбе врассыпную; в выполнении комплекса упражнений без предметов. Развивать: координацию движения рук и ног. Укреплять: мышцы рук и ног.	Комплекс упражнений (без предметов)	«Зайка серенький сидит»	«Снежинки»
4 неделя	Учить: ходьбе приставным шагом с продвижением в сторону. Упражнять: в ходьбе в колонне по одному с соблюдением дистанции; в ходьбе на пятках; в ходьбе парами по кругу, не держась за руки; в ходьбе врассыпную; в беге врассыпную; в прыжках на двух ногах с продвижением вперед;	Комплекс упражнений (без предметов)	«Зайка серенький сидит»	«Снежинки»

	в ходьбе по доске, руки на поясе (ширина доски 20 см); в подбрасывании мяча (невысоко) вверх и ловля его; в пролезании в обруч на четвереньках (обруч в вертикальном положении на полу). Развивать: координацию движений. Закреплять: умение четко выполнять комплекс упражнений без предметов. Укреплять: мелкие мышцы рук.			
--	---	--	--	--

Январь 1 – 2 неделя	Каникулы. Спортивные развлечения.			
3 неделя	Учить: ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу инструктора (на носках, с высоким подниманием колен, парами, с приседанием); ходьбе на месте; спрыгиванию с куба (высота куба 25 см). ходьбе с перешагиванием через набивные мячи, руки в стороны (расстояние между мячами 10 – 15 см). бросанию мяча двумя руками о пол и ловля его. Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе врассыпную; в беге врассыпную; в выполнении комплекса упражнений с мячом. Закреплять: умение подлезать под шнур (высота шнура от пола 40 – 50 см). Развивать: глазомер, ловкость. Укреплять: мелкие мышцы рук.	Комплекс упражнений (с мячом)	«Лохматый пёс»	«Воздушный шар»
4 неделя.	Учить: ходьбе с высоким подниманием бедра; ходьбе с перешагиванием через шнуры, лежащие на полу; и.у. «Попади в воротца» (дети с расстояния 1,5 м прокатывают мяч двумя	Комплекс упражнений	«Лохматый пес»	«Воздушный шар»

	руками в воротца, состоящие из двух кубиков (расстояние до ворот 60 см); подлезанию под дугу (высота дуги 40 см). Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу инструктора (на носках, с высоким подниманием колен, парами, с приседанием); в ходьбе врассыпную; в беге врассыпную; Закреплять: умения четко выполнять комплекс упражнений с мячом; прыгать из обруча в обруч (диаметр обруча 30 см). Развивать: глазомер, ловкость. Укреплять: мелкие мышцы рук.	(с мячом)		
--	--	-----------	--	--

Февраль 1 неделя	Учить: ходьбе приставным шагом вперед; прыжкам на двух ногах вокруг себя, чередуя с ходьбой на месте; ходьбе по ребристой доске, руки на поясе; подлезанию под палку (высота палки от пола 40 – 50 см); разучить комплекс упражнений без предметов. Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе на носках; в ходьбе парами; в ходьбе с высоким подниманием колен; в ходьбе с остановкой на сигнал; в беге с остановкой на сигнал; Развивать: глазомер, ловкость. Закреплять: умение отбивать мяча о пол. Укреплять: мелкие мышцы рук.	Комплекс упражнений (без предметов)	«Лягушки»	«На болоте»

2 неделя	Учить: перекачиванию мяча друг другу двумя руками в парах, стоя на коленях (расстояние между детьми 1,5 м). Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе на пятках; в ходьбе парами; в ходьбе приставным шагом вперед; в ходьбе с высоким подниманием колен; в ходьбе с остановкой на сигнал; в беге с остановкой на сигнал; в прыжках на двух ногах вокруг себя, чередуя с ходьбой на месте; в ходьбе по ребристой доске, руки на поясе; в подлезании под палку (высота палки от пола 40 – 50 см); в выполнении комплекса упражнений без предметов. Развивать: зрительное восприятие, ориентировку в пространстве. Укреплять: мелкие мышцы рук.	Комплекс упражнений (без предметов)	«Лягушки»	«На болоте»
3 неделя	Учить: ходьбе с перешагиванием через предметы; ползанию на четвереньках (на расстояние 4 – 5 м). Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания по сигналу инструктора (ходьба на носках, ходьба с приседанием, ходьба с высоким подниманием колен); в ходьбе враспынную; в беге враспынную; в прыжках на двух ногах вокруг себя, чередуя с ходьбой на месте; в ходьбе с перешагиванием через набивные мячи, руки в стороны (расстояние между мячами 10 – 15 см); в катании мяча по полу друг другу в положении стоя (расстояние между детьми 1,5 м); в выполнении комплекса упражнений с детскими гантелями. Развивать: двигательные навыки. Укреплять: мышцы кистей рук и стоп.	Комплекс упражнений (гантелями)	«Воробышки и кот»	«Котята»

4 неделя	Учить: прокатыванию мяча по скамейке придерживая его руками. Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе с перешагиванием через предметы; в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания по сигналу инструктора (ходьба на носках, ходьба с приседанием, ходьба с высоким подниманием колен); в ходьбе врассыпную; в беге врассыпную; в прыжках на двух ногах вокруг себя, чередуя с ходьбой на месте; в ходьбе с перешагиванием через набивные мячи, руки в стороны (расстояние между мячами 10 – 15 см); ползание на четвереньках (на расстояние 4 – 5 м). Развивать: двигательные навыки. Закреплять: умения четко выполнять комплекс упражнений с детскими гантелями; Укреплять: мышцы кистей рук и стоп.	Комплекс упражнений (гантелями)	«Воробышки и кот»	«Котята»
Март 1 неделя	Учить: прыжкам в длину с места до предмета (расстояние от черты до предмета 40 – 50 см); ходьбе по шнуру, положенному ровно на полу (длина шнура 3 м); отбиванию мяча о стену и ловля его после отскока о пол; лазанию по наклонной лестнице вверх – вниз (на высоту трех реек). Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе по кругу парами; в ходьбе на носках; в ходьбе с высоким подниманием колен; в ходьбе с приседанием; в ходьбе врассыпную; в беге врассыпную; в выполнении комплекса упражнений без предметов. Развивать: координацию движений, ловкость, быстроту, силу.	Комплекс упражнений (без предметов)	«Кот и мышки»	«Ветерок»

	Закреплять: Укреплять: мышцы кистей рук и стоп.			
2 неделя	Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе по кругу парами; в ходьбе на пятках; в ходьбе с высоким подниманием колен; в ходьбе с приседанием; в ходьбе врассыпную; в беге врассыпную; в прыжках в длину с места до предмета (расстояние от черты до предмета 40 – 50 см); в ходьбе по шнуру, положенному ровно на полу (длина шнура 3 м); в отбивании мяча о стену и ловля его после отскока о пол; в лазании по наклонной лестнице вверх – вниз (на высоту трех реек). Развивать: координацию движений, ловкость. Закреплять: умение четко выполнять комплекс упражнений без предметов. Укреплять: мышцы кистей рук и стоп.	Комплекс упражнений (без предметов)	«Кот и мышки»	«Ветерок»
3 неделя	Учить: ходьбе с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора; прыжкам в длину с места до ориентира (расстояние от линии до ориентира 45 см); ходьбе по шнуру, выложенному по кругу на полу (длина шнура 4 м); и.у. «прокати и сбей» (сбивание мячом кегли (расстояние от ребенка до кегли 1 – 1,5м); лазанию по наклонной лестнице вверх – вниз (на высоту 4 реек). Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе по кругу в колонне по одному; в ходьбе парами; в беге по кругу в колонне по одному; в ходьбе змейкой за инструктором; в выполнении комплекса упражнений с обручем.	Комплекс упражнений (с малым обручем)	«Пузырь»	«Солнышко»

	Развивать: координацию, внимание. Укреплять: мышцы кистей рук и стоп.			
4 неделя	Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе парами; в ходьбе с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора; в ходьбе врассыпную; в беге врассыпную; в прыжках в длину с места до ориентира (расстояние от линии до ориентира 45 см); в ходьбе по шнуру, выложенному по кругу на полу (длина шнура 4 м); в и.у. «прокати и сбей» (сбивание мячом кегли (расстояние от ребенка до кегли 1 – 1,5м); в лазании по наклонной лестнице вверх – вниз (на высоту 4 реек). Развивать: координацию, внимание. Закреплять: умения четко выполнять комплекс упражнений с обручем; ходить змейкой за инструктором.	Комплекс упражнений (с малым обручем)	«Пузырь»	«Солнышко»

Апрель 1 неделя	Учить: бегу с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора; ходьбе по скамейке (высота скамейки 15 – 20 см). Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе врассыпную; в ходьбе с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора; в выполнении комплекса упражнений без предметов. Развивать: координацию, глазомер, внимание. Закреплять: умения прыгать из обруча в обруч на двух ногах; отбивать мяч о пол и ловить его двумя руками;	Комплекс упражнений (без предметов)	«Солнышко и дождик»	«В лесу»
----------------------------	---	-------------------------------------	---------------------	----------

	лазать по наклонной лестнице вверх – вниз (на высоту 4 реек). Укреплять: мышцы рук и стоп.			
2 неделя	Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе врассыпную; в ходьбе с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора; в беге с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора; в ходьбе по скамейке (высота скамейки 15 – 20 см). Развивать: координацию, глазомер, внимание. Закреплять: умения четко выполнять комплекс упражнений без предметов; прыгать из обруча в обруч на двух ногах; отбивать мяч о пол и ловить его двумя руками; лазать по наклонной лестнице вверх – вниз (на высоту 4 реек) Укреплять: мышцы рук и стоп.	Комплекс упражнений (без предметов)	«Солнышко и дождик»	«В лесу»
3 неделя	Учить: ходьбе по кругу; бегу по кругу; перепрыгиванию через шнур (высота шнура над полом – 5 см); ходьбе по гимнастической скамейке со свободными движениями рук (высота скамейки 15 – 20 см); ползанию по скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени (высота скамейки 30 см, ширина – 20 см); разучить комплекс упражнений с лентами. Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе на носках; в ходьбе с приседанием; в ходьбе врассыпную. Развивать: глазомер, внимание, координацию движений. Закреплять: умения бросать мяч о пол и ловить его двумя руками; подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками. Укреплять: мышцы рук и стоп.	Комплекс упражнений (с лентами)	«Весёлые жучки»	«На полянке»

4 неделя	Учить: ходьбе с одной стороны зала на другую; перебрасыванию мяча через веревку с расстояния 1,5 м (высота веревки над полом – на уровне глаз детей). Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе на пятках; в ходьбе с приседанием; в ходьбе по кругу; в беге по кругу; в перепрыгивании через шнур (высота шнура над полом – 5 см); в ходьбе по гимнастической скамейке со свободными движениями рук (высота скамейки 15 – 20 см); в ползании по скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени (высота скамейки 30 см, ширина – 20 см); в выполнении комплекса упражнений с лентами. Развивать: глазомер, ориентировку в пространстве, внимание. Укреплять: мышцы рук и стоп.	Комплекс упражнений (с лентами)	«Весёлые жучки»	«На полянке»
Май 1 неделя	Учить: ходьбе со сменой ведущего; бегу парами; перепрыгиванию через шнур (высота шнура над полом 5 см); ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки на поясе (высота кубика 25 см, расстояние между ними 15 см); бросанию мяча двумя руками от груди вдаль; подлезанию под шнур (высота шнура от пола 40 см). Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе на носках; в ходьбе врассыпную; в ходьбе с одной стороны зала на другую; в ходьбе парами; Развивать: зрительную ориентировку, ловкость. Закреплять: умение четко выполнять комплекс упражнений с мячом. Укреплять: мышцы рук и стоп.	Комплекс упражнений (с мячом)	«Мой весёлый звонкий мяч»»	«Звуки леса»

2 неделя	Учить: бегу со сменой ведущего. Упражнять: в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе на пятках; в ходьбе врассыпную; в ходьбе с одной стороны зала на другую; в ходьбе со сменой ведущего; в перепрыгивании через шнур (высота шнура над полом 5 см); в ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки на поясе (высота кубика 25 см, расстояние между ними 15 см); в бросании мяча двумя руками от груди вдаль; в подлезании под шнур (высота шнура от пола 40 см). Развивать: ориентировку в пространстве. Закреплять: умение четко выполнять комплекс упражнений с мячом. Укреплять: мышцы рук и ног.	Комплекс упражнений (с мячом)	Мой весёлый звонкий мяч»	«Звуки леса»
3 -4 недели	Диагностика			

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 педагогу 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 ДОУ. 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:

- познакомить родителей с особенностями физического, социально-личностного развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям ДОУ;
- 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;
- 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;
- 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», «Семейная зарядка», «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: «Здоровый образ жизни». 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. Балтийска (около 36 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 эксклавым положением области – развитие военно-морского флота.

Особенности осуществления образовательного процесса:

Особенности	Характеристика региона (муниципалитета)	В ОУ
Демографические	С 2000-х годов наблюдается естественный прирост населения города. Рост рождаемости способствовал поиску путей решения проблемы охвата детей услугами дошкольного образования.	
Природно-климатические и экологические	Город расположен на северо-западе. Климатические условия: крайняя неустойчивость и быстрая изменчивость погоды, повышенная влажность, большое количество осадков, преобладание ветров западных направлений.	Планирование образовательного процесса с включением вариативных режимов дня. Ведение углубленной работы экологической направленности в связи с природными особенностями местности (экскурсии в: Ботанический сад, на Балтийскую косу).
Национально – культурные и этнокультурные	Население г. Балтийска (около 36 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 Балтийск 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.
--	--	---

2.7. Особенности организации мониторинга.

Проведение диагностики осуществляется по возрастам.

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

Технология работы с таблицами включает два этапа. Первый этап - 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. Мониторинг не предполагает специально созданных для её проведения мероприятий, которые могут привести к нарушению режима и переутомлению воспитанников.

Также педагогическая диагностика не предполагает жестких временных рамок, т.к. это противоречит сути мониторинга, возрастным особенностям воспитанников, а также содержания ФГОС ДО.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально-техническое обеспечение Программы.

Спортивный зал.

Паспорт спортивного зала.

1. Велотренажеры -1 шт.
2. Спортивная горка – 1 шт.
3. Беговая дорожка – 1 шт.
4. Комбинированные установки для подвесных снарядов:
 - верёвочные лестницы – 2шт.
 - канат – 2 шт.
 - шесты – 2шт.
5. Подвесные мишени – 2 шт.
6. Скамейки гимнастические (длина 2,5 м) – 2 шт.
7. Баскетбольные щиты с корзинами - 2 шт.

8. Дуги для подлезания:
- высота – 60 см
 - высота – 50 с
 - высота – 40 см
9. Кубы полые -2 шт.
10. Гимнастическая стенка (5 пролётов)
11. Канаты – 3 шт.
12. Шнуры – 4 шт.
13. Мячи большие – 35шт.
14. Мячи средние – 20 шт.
15. Мячи малые – 20 шт.
16. Мячи волейбольные – 2шт.
17. Мячи баскетбольные – 2 шт.
18. Массажеры деревянные для ног -7
19. Массажная дорожка пластм. - 3 шт.
20. Массажер «Ежик» - 15
21. Фитнес мячи - 6 шт.
22. Коррекционная дорожка со следами - 1 шт.
23. Ребристая дорожка – 2 шт.
24. Сухой бассейн – 1 шт.
25. Коврик для массажа ног - 10
26. Дорожка «Гусеница»
27. Скакалки- 35 шт.
28. Гантели(0.5 кг)- 20 шт.
29. Гантели лёгкие – 35 шт.
30. Кегли- 35 шт.
31. Кольцебросы - 2 шт.
32. Бадминтон- 4 шт.
33. Теннис- 7 шт.
34. Тоннель из ткани -2 шт.

- 35. Косички - 40 шт.
- 36. Платочки - 12 шт.
- 37. Султанчики -12 шт.
- 38. Ленточки разноцветные - 31 шт.
- 39. Мешочки с песком- 20 шт.
- 40. Колечки с песком – 25 шт.
- 41. Гимнастические палки – 35 шт.
- 42. Обручи:
 - диаметр 50 см. – 25 шт.
 - диаметр 70 см – 20 шт.
 - диаметр 90 см – 10 шт.
- 42. Волейбольная сетка – 1 шт.

1.1.2. Спортивная площадка.

Площадка с покрытием: разметки для метания, прыжков, бега на короткие дистанции, лестницы для лазания.

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 г.
2. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет», М., «Просвещение», 2003 г.
3. Сочеванова Е.А. «Комплексы утренней гимнастики для детей 3-4 лет», Детство-Пресс, Сп-б, 2009 г.
4. Подольская Е.И. «Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет», Волгоград, 2011 г.
5. Лескова Г.П. «Общеразвивающие упражнения в детском саду», М., «Просвещение», 1981г.
6. Т.И. Осокина «Физическая культура в детском саду», Москва «Просвещение», 1986 г.
7. Утренняя гимнастика под музыку, Москва «Просвещение», 1984 г.
8. Е.Н. Вавилова «Учите бегать, прыгать, лазать, метать», Москва «Просвещение», 1983 г.
9. «Физическое воспитание детей дошкольного возраста», под редакцией А.И.Шустова, М. «Просвещение», 1982 г.
10. Вавилова Е.Н. «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость», М., 1981г.

11. Шарипова Д.Д. «Воспитание правильной осанки», Ташкент, 1985 г.
12. Рунова М.А. «Радость движения», М., 2007 г.
13. Прищепова С.С. «Физическое развитие и здоровье детей 3 -7 лет», М., 2009 г.

Средства обучения и воспитания.

Магнитофон, музыкальный центр, аудио-записи маршевой музыки, музыки для бега, музыки для музыкально-ритмических танцев, схемы общеразвивающих упражнений и основных видов движений, картотека подвижных игр, физминуток, картотека разных видов гимнастик, подборка материалов по янтаротерапии, ароматерапии, релаксации.

3.3.Распорядок дня.

Режимные моменты	Время	Количество
Утренняя гимнастика	5-6 минут	2 раза в неделю
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

Продолжительность занятия по физической культуре: до 15 мин.

Из них вводная часть: (беседа вопрос-ответ «Здоровье», «Безопасность»):

1,5 мин.

Разминка: 1,5 мин.

Основная часть (обще развивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра): 11 мин.

Заключительная часть (игра малой подвижности): 1 мин.

Третье физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно- игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под строгим контролем инструктора по физической культуре в соответствии с учебным планом. При составлении конспектов оздоровительно- игрового часа инструктором по физической культуре учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весенне - летний период и ее снижение в осенне - зимний период.

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.

В течении года организуются спортивные праздники и развлечения с участием сказочных персонажей: осенью – «Золотая осень», зимой – «Зимние забавы», весной – «Всемирный День здоровья», «В гости к Айболиту», «Мамочка моя – самая спортивная!», летом – «Здравствуй, лето-красное!», День Защиты детей «Пусть смеются дети!», «Королевство волшебных мячей». В ходе спортивных мероприятий организуются игры-забавы, ритмические разминки – флэшмобы.

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 в обстановку включено оборудование для пролезания, подлезания, перелезания, ползания – дуги, тоннели, гим. скамейки.

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 и крупной моторики. Это мячи разных размеров и фактур, обручи, кегли. Для развития основного движения - метания, имеются мешочки разного веса, мячи для метания, мишени. Так же имеются набивные мячи. Для развития лазания имеется шведская стенка. Всё оборудование изготовлено из качественных материалов.