Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №32 Кировского района Санкт-Петербург

**Рабочая программа
по физическому развитию детей
1,6 - 3 года
на 2024-2025 учебный год**

Составила инструктор по физической культуре
Милевская Г.А. (высшая кв.категория)

Санкт-Петербург
2024г.

Содержание

Пояснительная записка	3
1.Целевой раздел	4
1.1.Цель, задачи рабочей программы	4
1.2 Характеристики особенностей развития детей раннего возраста	5
1.3 Планируемые результаты	8
2. Содержательный раздел	9
2.1. Расписание непрерывной образовательной деятельности	9
2.2. Календарно-тематическое планирование	10-36
3. Организационный раздел	36
3.1. Развивающая предметно-пространственная среда	36
3.2 Режим двигательной активности	38
3.3. Работа с родителями	41
4. Методическое обеспечение образовательной деятельности	42

Пояснительная записка

Рабочая программа первой младшей группы разработана с учетом образовательной программы дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №32 Кировского района Санкт-Петербурга.

Программа регламентирует цель, ожидаемые результаты, содержание, условия и технологии организации образовательного процесса и включает в себя учебный план, календарный учебный график, календарное тематическое планирование образовательной деятельности первой младшей группы.

Данная Программа разработана на основе нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 года №2 «Об утверждении [санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и \(или\) безвредности для человека факторов среды обитания"](#)»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования»;
- Устав ГБДОУ №32 Кировского района Санкт-Петербурга.

Рабочая программа разработана для построения системы педагогической деятельности с детьми 1,6-3 лет, обеспечения гарантии качества содержания, создания условий для практического освоения задач образовательных областей, обеспечения индивидуального развития и раскрытия творческого потенциала каждого ребенка.

Рабочая программа обеспечивает развитие детей в возрасте от 1,6-3 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям – физическому, социально – коммуникативному, познавательному, речевому и художественно – эстетическому, единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования.

Срок реализации Программы - 2023-2024 учебный год.

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации - русском.

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования для детей первой младшей группы

1. Целевой раздел

1.1 Цель:

Охрана и укрепление здоровья ребенка, закаливание, удовлетворение естественной потребности детей в движении; формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой; гармоничное физическое развитие детей.

Задачи на год:

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта.

- Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку
- Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног.
- Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега.
- Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).
- Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.
- Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание).

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

- Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях.
- Воспитывать интерес к физическим упражнениям, желание пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.
- Формировать у детей положительные эмоции, активность в самостоятельной двигательной деятельности.
- Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.
- Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, поклевать зернышки, как цыплята и т.д.).

Основные виды движений

Ходьба. Ходьба стайкой, ходьба по доске (ширина 20см, длина 1,5-2 м).

Катание, бросание. Катание мяча (диаметр 20-25 см) в паре со взрослым. Бросание мяча (диаметр 6-8 см) правой и левой рукой на расстояние 50-70 см.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед.

Равновесие. Перешагивание через веревку или палку, приподнятую от пола на 10-12 см. Подъем на опрокинутый вверх дном ящик (50x50x15) и спуск с него.

Общеразвивающие упражнения

Без предметов, с флажком, с кубиком, с мячом, с игрушкой.

Подвижные игры

«Бегите ко мне», «Догони мяч», «Зайка серый умывается», «Найди свой домик», «Поезд», «Доползи до погремушки», «Бегите к флажку», «Солнышко и дождик», «Мыши в кладовой», «Наседка и цыплята», «Птичка и птенчики», «Воробышки и кот»

1.2 Характеристики особенностей развития детей раннего возраста

Ранний возраст охватывает период от 1 года до 3 лет. В этот период изменяется социальная ситуация развития ребенка. К началу раннего возраста ребенок, приобретая стремление к самостоятельности и независимости от взрослого, остается связанным со взрослым, так как нуждается в его практической помощи, оценке и внимании. Это противоречие находит разрешение в новой социальной ситуации развития ребенка, которая представляет собой сотрудничество или совместную деятельность ребенка и взрослого.

Изменяется и ведущая деятельность ребенка. Если младенец не выделяет еще способа действия с предметом и его назначения, то уже на втором году жизни содержанием предметного сотрудничества ребенка со взрослым становится усвоение общественно-выработанных способов употребления предметов. Взрослый не только дает ребенку в руки предмет, но вместе с предметом «передает» способ действия с ним.

В таком сотрудничестве общение перестает быть ведущей деятельностью, оно становится средством овладения общественными способами употребления предметов.

В раннем возрасте происходит интенсивное психическое развитие, главными компонентами которого являются:

- * предметная деятельность и деловое общение со взрослым;
- * активная речь;
- * произвольное поведение;
- * формирование потребности в общении со сверстниками;
- * начало символической игры;
- * самосознание и самостоятельность.

В раннем возрасте наблюдается совершенно особое отношение ребенка к действительности, эту особенность принято называть ситуативностью. Ситуативность заключается в зависимости поведения и психики ребенка от воспринимаемой ситуации. Восприятие и чувство еще не отделены друг от друга и представляют собой неразрывное единство, которое вызывает непосредственное действие в ситуации. Вещи имеют особую притягательную силу для ребенка. Ребенок воспринимает вещь

непосредственно здесь и сейчас, не привнося в ситуацию своего замысла и знания о других вещах.

Общение со сверстниками детей раннего возраста также имеет свои отличительные особенности.

В младенческом возрасте проявление интереса одного ребенка к другому продиктовано потребностью в новых впечатлениях, интересом к живому объекту.

В раннем возрасте сверстник выступает в качестве партнера по взаимодействию. Развитие потребности в общении со сверстниками проходит ряд этапов:

- * внимание и интерес к сверстнику (второй год жизни);
- * стремление привлечь к себе внимание сверстника и продемонстрировать свои успехи (конец второго года жизни);
- * появление чувствительности к отношению сверстника и его воздействиям (третий год жизни).

Общение детей друг с другом в раннем возрасте имеет форму эмоционально-практического воздействия, характерными особенностями которого являются непосредственность, отсутствие предметного содержания, ненормированность, зеркальное отражение действий и движений партнера. Через сверстника ребенок выделяет себя, осознает свои индивидуальные особенности. При этом решающую роль в организации взаимодействия между детьми играют взрослые.

К трем годам у ребенка появляются собственные желания, зачастую не совпадающие с желаниями взрослого, нарастает тенденция к самостоятельности, стремление действовать независимо от взрослых и без них. К концу раннего возраста появляется знаменитая формула «Я сам».

Резко возросшее стремление к самостоятельности и независимости приводит к существенным изменениям в отношениях ребенка и взрослого. Этот период в психологии получил название кризиса трех лет. Критическим этот возраст является потому, что на протяжении всего нескольких месяцев существенно меняется поведение ребенка и его отношения с окружающими людьми.

Симптомы кризиса трех лет:

- * негативизм (непослушание, нежелание выполнять указания взрослого, стремление все делать на оборот);
- * упрямство (ребенок настаивает на своем не потому, что ему чего-то сильно хочется, а потому, что он этого потребовал);
- * строптивость (протест ребенка направлен не против конкретного взрослого, а против образа жизни; это бунт против всего, с чем он имел дело раньше);

* своеволие (ребенок все хочет делать сам и добивается самостоятельности там, где мало что умеет).

Далеко не все дети обнаруживают столь резкие негативные формы поведения или быстро их преодолевают. В то же время их личностное развитие происходит нормально. Следует различать объективный и субъективный кризис.

Объективный кризис -- обязательный и закономерный этап развития личности ребенка, на котором появляются личностные новообразования. Внешне, по своей субъективной картине, он далеко не всегда сопровождается негативным поведением.

Важнейшим личностным образованием является открытие ребенком самого себя. С этих пор он начинает называть себя не в третьем лице («Маша хочет домой»), а сознательно произносит местоимение «я». Образовавшаяся «система Я» знаменует переход от самопознания к самосознанию. Возникновение «системы Я» порождает мощную потребность в самостоятельной деятельности. Наряду с этим ребенок из мира, ограниченного предметами, переходит в мир людей, где его «Я» занимает новое место.

Отделившись от взрослого, он вступает с ним в новые отношения. Отчетливо проявляется своеобразный комплекс поведения, который включает в себя:

* стремление к достижению результата своей деятельности;

* желание продемонстрировать успехи взрослому, получить одобрение;

* обостренное чувство собственного достоинства, которое проявляется в повышенной обидчивости и чувствительности к признанию достижений, эмоциональных вспышках, бахвальстве.

Таким образом, ранний возраст является одним из ключевых в жизни ребенка и во многом определяет его будущее психологическое развитие.

Особое значение этого возраста объясняется тем, что он непосредственно связан с такими жизненными приобретениями ребенка, как предметная деятельность и деловое общение со взрослым; активная речь; произвольное поведение; формирование потребности в общении со сверстниками; начало символической игры; самосознание и самостоятельность.

1.3. Планируемые результаты

Целевые ориентиры образования в раннем возрасте:

➤ Ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;

➤ Использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении.

➤ Владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия окружающих предметов и игрушек.

➤ Стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого.

➤ Проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;

➤ Проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинки, стремится двигаться под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства.

➤ У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

➤ **Физическое развитие:**

Для малыша этой возрастной группы уже интересно бегать, прыгать, играть в мяч — бросать его и ловить, танцевать. При занятии и игре он задействует обе руки. Может ходить разными видами шага в разном темпе, на носочках, спиной вперед, по лестнице вверх и вниз. Уже неплохо удерживает равновесие при ходьбе по узкой либо наклонной поверхности. Ему должно быть несложно выполнить два движения одновременно, например, топнуть ногой и хлопнуть в ладоши.

2. Содержательный раздел

2.1. Расписание непрерывной образовательной деятельности

Группа Дни недели	Группа раннего возраста № 3	Первая младшая группа № 4	Первая младшая группа № 2
Понедельник	9.20-9.30		
Вторник		9.20-9.30	
Среда			9.20-9.30
Четверг			
Пятница	9.00-9.10	9.15-9.25	9.30-9.40

2.2. Календарно – тематическое планирование

Месяц	Неделя занятия		Виды двигательной активности	Цели	Оборудование	Используемая литература
	1	2				
Сентябрь	1-я неделя	1	Ходьба за инструктором, игра «Пойдем в гости» ОВД: Ходьба «Пройдем по дорожке» П/и «Бегите ко мне»	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры. Развивать умение детей действовать по сигналу педагога, бежать в прямом направлении всей группой.	Гимнастические скамейки Шнуры Игрушка (мишка, зайка или кукла)	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.23-24
		2	Ходьба и бег всей группой «стайкой» ОВД: Прыжки на двух ногах на месте «Прыг-скок». Игровое задание «Птички»	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за инструктором. Упражнять детей в прыжках на двух ногах на месте. Развивать умение детей действовать по сигналу педагога, бежать в разном направлении всей группой.	Мишка и кукла. Мячик.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.24-25
	2-я неделя	1	Ходьба и бег в колонне по одному «Вороны и стрекозы» ОВД: «Прокатывание мячей «Прокати и догони» Подвижная игра «Кот и воробышки»	Развивать умение детей действовать по сигналу педагога. Развивать умение энергично отталкивать мяч при прокатывании. Развивать умение детей ориентироваться в игровых ситуациях.	Мячи по количеству детей, шнур.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.25-26

	2	<p>Ходьба и бег по кругу. Ходьба вокруг кубиков (половина круга) переход на бег, поворот в другую сторону. ОВД: Ползание с опорой на ладони и колени «Доползи до погремушки» П/и «Быстро в домик»</p>	<p>Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе и беге, умение действовать по сигналу. Развивать умение группироваться при лазании под переладиной Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве</p>	<p>Кубики Шнур Погремушки Стойка с переладиной для подлезания.</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.26-27</p>
3-я неделя	1	<p>Ходьба и бег в колонне по одному «Вороны и стрекозы» ОВД: «Прокатывание мячей «Прокати и догони» Подвижная игра «Кот и воробышки»</p>	<p>Развивать умение детей действовать по сигналу педагога. Развивать умение энергично отталкивать мяч при прокатывании. Развивать умение детей ориентироваться в игровых ситуациях.</p>	<p>Мячи по количеству детей, шнур.</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.25-26</p>
	2	<p>Ходьба и бег в одном направлении в колонне по одному ОВД: Прокатывание мяча друг другу, сидя ноги врозь Прыжки на двух ногах вокруг мяча П/и «Бегите ко мне»</p>	<p>Развивать умение детей в ходьбе и беге в колонне по одному Развивать умение прокатывать мяч друг другу Ознакомить с прыжками на двух ногах вокруг мяча Развивать умение детей действовать по сигналу педагога, бежать в прямом направлении всей группой</p>	<p>Мячи по количеству детей</p>	<p>Физкультурно-оздоровительная работа: комплексное планирование по программе под редакцией М.А.Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С.Комаровой. Младший, средний, старший дошкольный</p>

					возраст/авт.- сост. О.В. Музыка, стр.11- 12
4-я неделя	1	<p>Ходьба и бег по кругу. Ходьба вокруг кубиков (половина круга) переход на бег, поворот в другую сторону. ОВД: Ползание с опорой на ладони и колени «Доползи до погремушки» П/и «Быстро в домик»</p>	<p>Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе и беге, умение действовать по сигналу.</p> <p>Развивать умение группироваться при лазании под перекладиной</p> <p>Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве</p>	<p>Кубики Шнур Погремушки Стойка с перекладиной для подлезания.</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.26-27</p>
	2	<p>Ходьба и бег всей группой «стайкой» Бег по кругу в колонне по одному ОВД: Прыжки на двух ногах на месте «Прыг-скок». Игровое задание «Птички»</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за инструктором.</p> <p>Упражнять детей в прыжках на двух ногах на месте.</p> <p>Развивать умение детей действовать по сигналу педагога, бежать в разном направлении всей группой.</p>	<p>Мишка и кукла Мячик</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.24-25</p>

Октябрь	1-я неделя	1	<p>Ходьба в колонне по одному в чередовании с заданием «лягушки»</p> <p>Бег в колонне по одному и врассыпную</p> <p>ОВД: Равновесие «Пойдем по мостику»</p> <p>Прыжки</p> <p>П/и «Догони мяч»</p>	<p>Развивать умение детей в ходьбе и беге действовать по сигналу педагога и ориентироваться в пространстве</p> <p>Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры</p> <p>Развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках</p>	<p>Поролоновая дорожка</p> <p>Шнуры</p> <p>Мячи</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.28</p>
		2	<p>Ходьба и бег по кругу в чередовании. Затем разворот и повторение задания</p> <p>ОВД: Прыжки из обруча в обруч</p> <p>Прокати мяч</p> <p>П/и «Ловкий шофер»</p> <p>Игровое задание «Машины поехали в гараж»</p>	<p>Развивать умение детей действовать по сигналу педагога</p> <p>Упражнять в прыжках с приземлением на согнутые ноги</p> <p>Упражнять в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу</p> <p>Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве</p>	<p>Обручи</p> <p>Мячи</p> <p>Рули (Кольца для бросания)</p> <p>Флажки красного и зеленого цвета</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.29</p>
	2-я неделя	1	<p>Ходьба в колонне по одному, врассыпную.</p> <p>Игровые упражнения «Стрекозы» и «Кузнечики»</p> <p>ОВД: Прокатывание мячей в прямом направлении</p> <p>Игровое упражнение «Быстрый мяч»</p>	<p>Развивать умение детей в ходьбе и беге в колонне по одному</p> <p>Упражнять детей действовать по сигналу педагога</p> <p>Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении и в энергичном отталкивании мяча</p>	<p>Мячи</p> <p>Конусы</p> <p>Обруч</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.30-31</p>

		Игровое упражнение «Проползи – не задень» П/и «Зайка серый умывается»	Развивать ловкость, ползая между предметами не задевать их Развивать внимание и умение выполнять движения в соответствии с текстом стихотворения в игре		
	2	Ходьба в колонне по одному в чередовании с заданием «лягушки» Бег в колонне по одному и в рассыпную ОВД: Равновесие «Пойдем по мостику» Прыжки через шнур П/и «Догони мяч»	Развивать умение детей действовать по сигналу педагога Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры Развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках	Поролоновая дорожка Шнуры Мячи	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.28
3-я неделя	1	Ходьба и бег по кругу в чередовании. Затем разворот и повторение задания ОВД: Прыжки из обруча в обруч Прокати мяч П/и «Ловкий шофер» Игровое задание «Машины поехали в гараж»	Развивать умение детей действовать по сигналу педагога Упражнять в прыжках с приземлением на согнутые ноги Упражнять в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве	Обручи Мячи Рули (Кольца для бросания) Флажки красного и зеленого цвета	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.29
	2	Ходьба и бег по кругу в колонне по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу ОВД: Ползание	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному и действовать по сигналу педагога Развивать координацию движений при ползании	Стойка (воротики) высота 50 см от пола Кубики	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа,

		«Крокодильчики» Упражнение на равновесие «Пробеги не задень» П/и «Воробышки и кот»	на четвереньках и упражнений в равновесии. Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве		стр.31-32
4-я неделя	1	Ходьба в колонне по одному, враспынную. Выполнение упражнений по сигналу: «Стрекозы» и «Кузнечики» ОВД: Прокатывание мячей в прямом направлении Игровое упражнение «Быстрый мяч» Игровое упражнение «Проползи – не задень» П/и «Зайка серый умывается»	Развивать умение детей в ходьбе и беге в колонне по одному Упражнять детей действовать по сигналу педагога Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении и в энергичном отталкивании мяча Развивать ловкость, ползая между предметами не задевать их Развивать внимание и умение выполнять движения в соответствии с текстом стихотворения в игре	Мячи Конусы Обруч	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.30-31

		2	<p>Ходьба и бег по кругу в колонне по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу</p> <p>ОВД: Ползание «Крокодильчики»</p> <p>Упражнение на равновесие «Пробеги не задень»</p> <p>П/и «Воробышки и кот»</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному и действовать по сигналу педагога</p> <p>Развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.</p> <p>Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве</p>	<p>Стойка (воротики) высота 50 см от пола</p> <p>Кубики</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.31-32</p>
Ноябрь	1-я неделя	1	<p>Игровое задание «Веселые мышшки»</p> <p>«Бабочки»</p> <p>ОВД: «В лес по тропинке»</p> <p>«Зайки – мягкие лапочки»</p> <p>П/и «ловкий шофер»</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному и действовать по сигналу педагога</p> <p>Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры</p> <p>Упражнять детей в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках</p>	<p>Поролоновая дорожка</p> <p>Рули (Кольца для бросания)</p> <p>Флажки красного и зеленого цвета</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.33</p>
		2	<p>Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, широким свободным шагом, «Лошадки»</p> <p>Бег «Стрекозы»</p> <p>Ходьба и бег в чередовании</p> <p>ОВД: Прыжки «Через болото»</p> <p>Прокатывание мячей</p> <p>«Точный пас»</p>	<p>Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий</p> <p>Упражнять в прыжках из обруча в обруч и приземляться на полусогнутые ноги</p> <p>Упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер</p>	<p>Обручи</p> <p>Мячи</p> <p>Веревка</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.34-35</p>

		П/и «Мыши в кладовой»			
2-я неделя	1	Игровое упражнение «Твой кубик» ОВД: «Прокати - не задень» «Проползи - не задень» П/и «По ровненькой дорожке»	Развивать умение детей действовать по сигналу педагога Развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами Упражнять в ползании Развивать внимание и умение выполнять движения в соответствии с текстом стихотворения в игре	Кубики Мячи	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.35-36
	2	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания Бег в колонне по одному «Лягушки», «Бабочки» ОВД: «Кто быстрее до погремушки?» Броски мяча в парах П/и «Поймай комара»	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя Упражнять в ползании, развивая координацию движений Упражнять в прокатывании и ловле мяча Развивать ловкость и внимание	Погремушки Мячи Комар на веревке	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.37-38 Физкультурно-оздоровительная работа: комплексное планирование по программе под редакцией М.А.Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С.Комаровой., стр.13 (4)

3-я неделя	1	Игровое задание «Веселые мышки» «Бабочки» ОВД: «В лес по тропинке» «Зайки – мягкие лапочки» П/и «ловкий шофер»	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному и действовать по сигналу педагога Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры Упражнять детей в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках	Поролоновая дорожка Рули (Кольца для бросания) Флажки красного и зеленого цвета	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.33
	2	Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, широким свободным шагом, «Лошадки» Бег «Стрекозы» Ходьба и бег в чередовании ОВД: Прыжки «Через болото» Прокатывание мячей «Точный пас» П/и «Мыши в кладовой»	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий Упражнять в прыжках из обруча в обруч и приземляться на полусогнутые ноги Упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер	Обручи Мячи Веревка	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.34-35
4-я неделя	1	Игровое упражнение «Твой кубик» ОВД: «Прокати - не задень» «Проползи - не задень» П/и «По ровненькой дорожке»	Развивать умение детей действовать по сигналу педагога Развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами Упражнять в ползании Развивать внимание и умение выполнять движения в соответствии с текстом стихотворения в игре	Кубики Мячи	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.35-36

		2	<p>Ходьба в колонне по одному с выполнением задания</p> <p>Бег в колонне по одному «Лягушки», «Бабочки»</p> <p>ОВД: «Кто быстрее до погремушки?»</p> <p>Броски мяча в парах</p> <p>П/и «Поймай комара»</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя</p> <p>Упражнять в ползании, развивая координацию движений</p> <p>Упражнять в прокатывании и ловле мяча</p> <p>Развивать у детей ловкость и внимание</p>	<p>Погремушки</p> <p>Мячи</p> <p>Комар на веревке</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр. 37-38</p> <p>Физкультурно-оздоровительная работа: комплексное планирование по программе под редакцией М.А.Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С.Комаровой., стр.13 (4)</p>
Декабрь	1-я неделя	1	<p>Ходьба и бег в колонне по одному в чередовании с ходьбой и бегом врассыпную по сигналу «На прогулку!»</p> <p>ОВД: Игровое упражнение «Пройди – не задень»</p> <p>«Лягушки – попрыгушки»</p> <p>П/и «Коршун и птенчики»</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному и врассыпную, развивая ориентировку в пространстве</p> <p>Упражнять детей в сохранении устойчивого равновесия</p> <p>Упражнять детей в прыжках</p> <p>Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве</p>	<p>Кубики</p> <p>Шнур</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр. 39-40</p>

	2	Ходьба в колонне по одному и бег врассыпную по сигналу «Самолеты» ОВД: Прыжки со скамейки Прокатывание мячей друг другу П/и «Найди свой домик»	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки Упражнять в прокатывании мяча Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве	Гимнастическая скамейка Мат Мячи	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр. 40-41
2-я неделя	1	Ходьба и бег в колонне по одному, «Воробьшки» ОВД: Прокатывание мяча между предметами «Проползи – не задень» П/и «Лягушки»	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу педагога Упражнять в прокатывании мяча между предметами Развивать умение группироваться при лазании под перекладину	Кубики Кегли Стойка для подлезания	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр. 41-42
	2	Ходьба и бег в колонне по одному и врассыпную Игровое задание «На прогулку!» ОВД: Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях Ходьба по шнуру боком приставным шагом П/и «Птица и птенчики»	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий Упражнять в ползании Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по шнуру Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве	Гимнастическая скамейка Шнуры	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр. 42-43

3-я неделя	1	Ходьба и бег в колонне по одному в чередовании с ходьбой и бегом врассыпную по сигналу «На прогулку!» ОВД: Игровое упражнение «Пройди – не задень» «Лягушки – попрыгушки» П/и «Коршун и птенчики»	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному и врассыпную, развивая ориентировку в пространстве Упражнять детей в сохранении устойчивого равновесия Упражнять детей в прыжках Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве	Кубики Шнур	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.39-40
	2	Ходьба в колонне по одному и бег врассыпную по сигналу «Самолеты» ОВД: Прыжки со скамейки Прокатывание мячей друг другу П/и «Найди свой домик»	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки Упражнять в прокатывании мяча Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве	Гимнастическая скамейка Мат Мячи	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.40-41
4-я неделя	1	Ходьба и бег в колонне по одному, «Воробышки» ОВД: Прокатывание мяча между предметами «Проползи – не задень» П/и «Лягушки»	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу педагога Упражнять в прокатывании мяча между предметами Развивать умение группироваться при лазании под перекладину	Кубики Кегли Стойка для подлезания	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.41-42

		2	<p>Ходьба и бег в колонне по одному и в рассыпную</p> <p>Игровое задание «На прогулку!»</p> <p>ОВД: Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях</p> <p>Ходьба по шнуру боком приставным шагом</p> <p>П/и «Птица и птенчики»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий</p> <p>Упражнять в ползании</p> <p>Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по шнуру</p> <p>Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве</p>	<p>Гимнастическая скамейка</p> <p>Шнуры</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.42-43</p>
Январь	1-я неделя	1	<p>Ходьба в колонне по одному, с выполнением задания «Великаны»</p> <p>Бег в колонне по одному с поворотом в другую сторону</p> <p>ОВД: «Пройди – не упади» по поролоновой дорожке</p> <p>Прыжки «Из ямки в ямку»</p> <p>П/и «Коршун и цыплята»</p>	<p>Повторить ходьбу с выполнением задания</p> <p>Повторить ходьбу в чередовании с бегом</p> <p>Упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры</p> <p>Упражнять в прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед</p>	<p>Поролоновая дорожка</p> <p>Обручи</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.44</p>
		2	<p>Игровое упражнение «На полянке»</p> <p>ОВД: «Зайки - прыгуны»</p> <p>Прокатывание мяча между предметами</p> <p>П/и «Птица и птенчики»</p>	<p>Упражнять в ходьбе в колонне по одному и беге в рассыпную</p> <p>Упражнять в прыжках на двух ногах между предметами</p> <p>Упражнять в прокатывании мяча</p> <p>Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве</p>	<p>Кубики</p> <p>Мячи</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.45-46</p>

2-я неделя	1	Игровое упражнение «Возьми кубик!» Ходьба в чередовании с бегом вокруг кубиков ОВД: «Прокати-поймай» «Медвежата» П/и «Найди свой цвет»	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя, при ходьбе вокруг предметов Повторить ходьбу в чередовании с бегом Развивать ловкость при прокатывании мяча друг другу Повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений Развивать внимательность во время игры	Кубики Мячи Обручи	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.46-47
	2	Игровое упражнение «Лягушки и бабочки» Бег в колонне по одному в обе стороны ОВД: Ползание под перекладину, не касаясь руками пола Игровое упражнение «По тропинке» П/и «Лохматый пес»	Повторить ходьбу с выполнением заданий и бег в колонне по одному, с разворотом в обратную сторону Упражнять в ползании под перекладину, не касаясь руками пола Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры Развивать внимание и умение выполнять движения в соответствии с текстом стихотворения в игре	Стойка с перекладinou для ползания Доска ширина 20 см	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.47-49
3-я неделя	1	Ходьба в колонне по одному, с выполнением задания «Великаны» Бег в колонне по одному с поворотом в другую сторону ОВД: «Пройди – не упади» по поролоновой дорожке Прыжки «Из ямки в ямку»	Повторить ходьбу с выполнением задания Повторить ходьбу в чередовании с бегом Упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры Упражнять в прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед	Поролоновая дорожка Обручи	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.44

		П/и «Коршун и цыплята»			
	2	Игровое упражнение «На полянке» ОВД: «Зайки - прыгуны» Прокатывание мяча между предметами П/и «Птица и птенчики»	Упражнять в ходьбе в колонне по одному и беге враспынную Упражнять в прыжках на двух ногах между предметами Упражнять в прокатывании мяча Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве	Кубики Мячи	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.45-46
4-я неделя	1	Игровое упражнение «Возьми кубик!» Ходьба в чередовании с бегом вокруг кубиков ОВД: «Прокати-поймай» «Медвежата» П/и «Найди свой цвет»	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя, при ходьбе вокруг предметов Повторить ходьбу в чередовании с бегом Развивать ловкость при прокатывании мяча друг другу Повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений Развивать внимательность во время игры	Кубики Мячи Обручи	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.46-47
	2	Игровое упражнение «Лягушки и бабочки» Бег в колонне по одному в обе стороны ОВД: Ползание под перекладину, не касаясь руками пола Игровое упражнение «По тропинке» П/и «Лохматый пес»	Повторить ходьбу с выполнением заданий и бег в колонне по одному, с разворотом в обратную сторону Упражнять в ползании под перекладину, не касаясь руками пола Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры Развивать внимание и умение выполнять движения в соответствии с текстом стихотворения в игре	Стойка с перекладinou для ползания Доска ширина 20 см	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.47-49

Февраль	1-я неделя	1	Ходьба и бег по кругу, выложенному кольцами Бег в чередовании с ходьбой с поворотом в другую сторону ОВД: «Перешагни – не наступи» Прыжки «С пенька на пенек» П/и «Найди свой цвет»	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов Повторить ходьбу в чередовании с бегом и разворотом в другую сторону Упражнять в сохранении устойчивого равновесия Повторить прыжки с продвижением вперед Развивать внимание	Кольца от кольцеброса Ленты Обручи Кубики	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр. 50
		2	Ходьба и бег в колонне по одному в чередовании «Мышки», «Лошадки» ОВД: Прыжки «Веселые воробышки» Прокатывание мяча «Ловко и быстро» П/и «Воробышки в гнездышках»	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий Упражнять в прыжках с гимнастической скамейки и мягком приземлении на полусогнутые ноги Развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом Развивать умение ориентироваться в пространстве и действовать по сигналу педагога	Гимнастическая скамейка Конусы Обручи	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр. 51
	2-я неделя	1	Ходьба в колонне по одному на носочках, на пяточках Бег в колонне по одному и в рассыпную ОВД: Бросание мяча через шнур двумя руками Подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий Упражнять в беге в колонне по одному и в рассыпную Упражнять в бросании мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер Повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве	Мячи	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.52-53

		П/и «Воробышки и кот»			
	2	Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному Ходьба и бег в колонне по одному и в рассыпную ОВД: Лазание под перекладину в группировке Ходьба по доске, положенной на пол, приседая на середине П/и «Лягушки попрыгушки»	Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную Упражнять в умении группироваться, при лазании под перекладину Повторить упражнение в равновесии Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед	Стойка с перекладиной для подлезания Доска Шнур	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.53-54
3-я неделя	1	Ходьба и бег по кругу, выложенному кольцами Бег в чередовании с ходьбой с поворотом в другую сторону ОВД: «Перешагни – не наступи» Прыжки «С пенек на пенек» П/и «Найди свой цвет»	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов Повторить ходьбу в чередовании с бегом и разворотом в другую сторону Упражнять в сохранении устойчивого равновесия Повторить прыжки с продвижением вперед Развивать внимание	Кольца от кольцаброса Ленты Обручи Кубики	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.50
	2	Ходьба и бег в колонне по одному в чередовании «Мышки», «Лошадки» ОВД: Прыжки «Веселые воробышки» Прокатывание мяча	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий Упражнять в прыжках с гимнастической скамейки и мягком приземлении на полусогнутые ноги Развивать ловкость и глазомер в заданиях с	Гимнастическая скамейка Конусы Обручи	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.51

		«Ловко и быстро» П/и «Воробышки в гнездышках»	мячом Развивать умение ориентироваться в пространстве и действовать по сигналу педагога		
4-я неделя	1	Ходьба в колонне по одному на носочках, на пяточках Бег в колонне по одному и врассыпную ОВД: Бросание мяча через шнур двумя руками Подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола П/и «Воробышки и кот»	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий Упражнять в беге в колонне по одному и врассыпную Упражнять в бросании мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер Повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола Развивать умение действовать по сигналу педагога, ориентироваться в пространстве	Мячи	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.52-53
	2	Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному Ходьба и бег в колонне по одному и врассыпную ОВД: Лазание под перекладину в группировке Ходьба по доске, положенной на пол, приседая на середине П/и «Лягушки попрыгушки»	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную Упражнять в умении группироваться, при лазании под перекладину Повторить упражнение в равновесии Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед	Стойка с перекладиной для подлезания Доска Шнур	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.53-54

Март	1-я неделя	1	Ходьба и бег вокруг кубиков с изменением направления ОВД: «Ровным шагом» Прыжки «Змейкой» П/и «Кролики»	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры Повторить прыжки между предметами Упражнять детей действовать по сигналу, выполнять прыжки на двух ногах, беге врассыпную, подлезании под шнур, не касаясь руками пола	Кубики Доска Шнур	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.54-55
		2	Ходьба в колонне по одному и врассыпную на сигнал «На прогулку!» ОВД: Прыжки «Через канавку» «Точно в руки» П/и «Найди свой цвет»	Упражнять детей действовать по сигналу в ходьбе и беге врассыпную Упражнять в прыжках в длину с места Развивать ловкость при прокатывании мяча Упражнять детей действовать по сигналу и ориентироваться по цвету	Шнуры Мячи Кубики	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.56-57
	2-я неделя	1	Ходьба в колонне по одному Игровое задание «Лошадки», «Бабочки» ОВД: «Брось – поймай» Ползание по гимнастической скамейке П/и «Зайка серый умывается»	Развивать умение действовать по сигналу педагога Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками Упражнять в ползании по гимнастической скамейке Упражнять в выполнении действий в соответствии с текстом стихотворения, в прыжках на двух ногах	Мячи Гимнастическая скамейка	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.57-58

	2	Ходьба и бег между кеглями ОВД: Ползание «Медвежата» Ходьба по гимнастической скамейке П/и «Автомобили»	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между кеглями Повторить упражнения в ползании Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре Упражнять детей действовать в соответствии с двумя цветовыми сигналами, использовать все пространство зала	Кегли Кубики Гимнастическая скамейка Кольца от кольцаброса Ленты зеленая и красная	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.58-59
3-я неделя	1	Ходьба и бег вокруг кубиков с изменением направления ОВД: «Ровным шагом» Прыжки «Змейкой» П/и «Кролики»	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры Повторить прыжки между предметами Упражнять детей действовать по сигналу, выполнять прыжки на двух ногах, беге враспынную, подлезании под шнур, не касаясь руками пола	Кубики Доска Шнур	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.54-55
	2	Ходьба в колонне по одному и враспынную на сигнал «На прогулку!» ОВД: Прыжки «Через канавку» «Точно в руки» П/и «Найди свой цвет»	Упражнять детей действовать по сигналу в ходьбе и беге враспынную Упражнять в прыжках в длину с места Развивать ловкость при прокатывании мяча Упражнять детей действовать по сигналу и ориентироваться по цвету	Шнуры Мячи Кубики	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.56-57

4-я неделя	1	Ходьба в колонне по одному Игровое задание «Лошадки», «Бабочки» ОВД: «Брось – поймай» Ползание по гимнастической скамейке П/и «Зайка серый умывается»	Развивать умение действовать по сигналу педагога Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками Упражнять в ползании по гимнастической скамейке Упражнять в выполнении действий в соответствии с текстом стихотворения, в прыжках на двух ногах	Мячи Гимнастическая скамейка	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.57-58	
	2	Ходьба и бег между кеглями ОВД: Ползание «Медвежата» Ходьба по гимнастической скамейке П/и «Автомобили»	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между кеглями Повторить упражнения в ползании Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре Упражнять детей действовать в соответствии с двумя цветовыми сигналами, использовать все пространство зала	Кегли Кубики Гимнастическая скамейка Кольца от кольцеброса Ленты зеленая и красная	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.58-59	
Апрель	1-я неделя	1	Ходьба в чередовании с бегом вокруг кубиков с разворотом в другую сторону ОВД: Ходьба боком приставным шагом по гимнастической скамейке Прыжки «Через канавку» П/и «Тишина»	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре Упражнять в прыжках на двух ногах и мягком приземлении на полусогнутые ноги Упражнять в ходьбе в колонне по одному и действовать по сигналу педагога	Кубики Гимнастическая скамейка Шнуры	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.60-61

	2	<p>Ходьба в колонне по одному</p> <p>Бег с выполнением задания «Жуки полетели!»</p> <p>ОВД: Прыжки из обруча в обруч</p> <p>Упражнение с мячом «Точный пас»</p> <p>П/и «По ровненькой дорожке»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий</p> <p>Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках</p> <p>Развивать ловкость в упражнениях с мячом</p> <p>Развивать умение действовать в соответствии с текстом и ритмом стихотворения, действовать совместно</p>	<p>Обручи</p> <p>Мячи</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.61-62</p>
2-я неделя	1	<p>Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом и выполнением заданий «Великаны» и «Гномы»</p> <p>ОВД: Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками</p> <p>Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях</p> <p>П/и «Мы топаем ногами»</p>	<p>Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий</p> <p>Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом</p> <p>Упражнять в ползании по ограниченной площади опоры</p> <p>Развивать умение действовать в соответствии с текстом стихотворения, выполнять бег по кругу</p>	<p>Мячи</p> <p>Гимнастическая скамейка</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.62-63</p>
	2	<p>Ходьба и бег в колонне по одному с выполнением заданий «Воробышки», «Лягушки», «Лошадки»</p> <p>ОВД: «Проползи – не задень»</p> <p>Равновесие «По мостику»</p> <p>П/и «Огуречик, огуречик»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу педагога и выполнением заданий</p> <p>Повторить ползание между предметами</p> <p>Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре</p> <p>Упражнять детей выполнять бег в рассыпную и прыжки на двух ногах с продвижением вперед</p>	<p>Кубики</p> <p>Обручи</p> <p>Гимнастическая скамейка</p>	<p>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.63-64</p>

3-я неделя	1	Ходьба в чередовании с бегом вокруг кубиков с разворотом в другую сторону ОВД: Ходьба боком приставным шагом по гимнастической скамейке Прыжки «Через канавку» П/и «Тишина»	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре Упражнять в прыжках на двух ногах и мягком приземлении на полусогнутые ноги Упражнять в ходьбе в колонне по одному и действовать по сигналу педагога	Кубики Гимнастическая скамейка Шнуры	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.60-61
	2	Ходьба в колонне по одному Бег с выполнением задания «Жуки полетели!» ОВД: Прыжки из обруча в обруч Упражнение с мячом «Точный пас» П/и «По ровненькой дорожке»	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках Развивать ловкость в упражнениях с мячом Развивать умение действовать в соответствии с текстом и ритмом стихотворения, действовать совместно	Обручи Мячи	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.61-62
4-я неделя	1	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом и выполнением заданий «Великаны» и «Гномы» ОВД: Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом Упражнять в ползании по ограниченной площади опоры Развивать умение действовать в соответствии с	Мячи Гимнастическая скамейка	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.62-63

			П/и «Мы топаем ногами»	текстом стихотворения, выполнять бег по кругу		
		2	Ходьба и бег в колонне по одному с выполнением заданий «Воробышки», «Лягушки», «Лошадки» ОВД: «Проползи – не задень» Равновесие «По мостику» П/и «Огуречик, огуречик»	Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу педагога и выполнением заданий Повторить ползание между предметами Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре Упражнять детей выполнять бег в рассыпную и прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Кубики Обручи Гимнастическая скамейка	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.63-64
Май	1-я неделя	1	Ходьба в колонне по одному и в рассыпную по всему залу ОВД: Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки через ленты П/и «Мыши в кладовой»	Повторить ходьбу и бег в колонне по одному и в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве Повторить задание на равновесие Повторить прыжки через ленты на двух ногах Упражнять детей выполнять бег в рассыпную, подлезать под шнур, не касаясь руками пола	Гимнастическая скамейка Ленты Шнур	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.65-66
		2	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами ОВД: Прыжки «Парашютисты» Прокатывание мяча, сидя ноги врозь П/и «Воробышки и кот»	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами Упражнять в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги Упражнять в прокатывании мяча друг другу Развивать умение действовать в соответствии с текстом стихотворения	Конусы Кубики Мячи Гимнастическая скамейка	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.66-67

2-я неделя	1	Ходьба и бег в колонне по одному с выполнением задания «Пчелки» ОВД: Броски мяча вверх и ловля его двумя руками Ползание по скамейке П/и «Огуречик, огуречик»	Упражнять детей действовать по сигналу педагога в ходьбе в чередовании с бегом Упражнять в бросании мяча вверх и ловле его, развивая ловкость Упражнять в ползании по ограниченной площади опоры Упражнять детей выполнять бег врассыпную и прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Мячи Гимнастическая скамейка	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.67-68
	2	Ходьба в колонне по одному и выполнение задания «Мышки» Бег врассыпную ОВД: Ходьба по доске Прыжки «Кузнечики» П/и «Коршун и птенчики»	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу педагога Повторить задание в равновесии Упражнять в прыжках с продвижением вперед Упражнять детей действовать по сигналу педагога, выполнять ходьбу и бег врассыпную	Доска Шнуры	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.68-69
3-я неделя	1	Ходьба в колонне по одному и врассыпную по всему залу ОВД: Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки через ленты П/и «Мыши в кладовой»	Повторить ходьбу и бег в колонне по одному и врассыпную, развивая ориентировку в пространстве Повторить задание на равновесие Повторить прыжки через ленты на двух ногах Упражнять детей выполнять бег врассыпную, подлезать под шнур, не касаясь руками пола	Гимнастическая скамейка Ленты Шнур	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.65-66
	2	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами ОВД: Прыжки «Парашютисты» Прокатывание мяча, сидя ноги врозь П/и «Воробышки и кот»	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами Упражнять в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги Упражнять в прокатывании мяча друг другу Развивать умение действовать в соответствии с текстом стихотворения	Конусы Кубики Мячи Гимнастическая скамейка	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.66-67

4-я неделя	1	Ходьба и бег в колонне по одному с выполнением задания «Пчелки» ОВД: Броски мяча вверх и ловля его двумя руками Ползание по скамейке П/и «Огуречик, огуречик»	Упражнять детей действовать по сигналу педагога в ходьбе в чередовании с бегом Упражнять в бросании мяча вверх и ловле его, развивая ловкость Упражнять в ползании по ограниченной площади опоры Упражнять детей выполнять бег врассыпную и прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Мячи Гимнастическая скамейка	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.67-68
	2	Ходьба в колонне по одному и выполнение задания «Мышки» Бег врассыпную ОВД: Ходьба по доске Прыжки «Кузнечики» П/и «Коршун и птенчики»	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу педагога Повторить задание в равновесии Упражнять в прыжках с продвижением вперед Упражнять детей действовать по сигналу педагога, выполнять ходьбу и бег врассыпную	Доска Шнуры	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», младшая группа, стр.68-69

ОВД – основные виды движений; П/и – подвижная игра

3. Организационный раздел

3.1 Развивающая предметно-пространственная среда

Развивающая предметно – пространственная среда организована с учетом требований ФГОС ДО

Развивающая предметно-пространственная среда для реализации ООП ДО обеспечивает:

- максимальную реализацию образовательного потенциала пространства ОУ, группы, территории;
- активные действия детей с материалами, оборудованием, инвентарём для их развития в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей детей;
- ОУ самостоятельно определяет средства обучения, в том числе технические, соответствующие материалы (в том числе расходные), игровое, спортивное, оздоровительное оборудование, инвентарь.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает:

- учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;
- развитие, стимулирование различных видов детской деятельности: игровой, познавательной, исследовательской активности, экспериментирования с доступными детям материалами, творческой активности всех воспитанников.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает возможность:

- общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста), детей и взрослых;
- двигательной активности детей.

Развивающая среда построена на следующих принципах:

- насыщенность;
- трансформируемость;
- полифункциональность;
- вариативность;
- доступность;
- безопасность.

Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, которые обеспечивают:

- игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами);
- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- возможность самовыражения детей.

Трансформируемость пространства дает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей;

Полифункциональность материалов позволяет разнообразно использовать различные

составляющих предметной среды: маты, мягкие модули, кубики, пригодные в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

Вариативность среды позволяет создать различные пространства (для игры, конструирования, и пр.), а также разнообразный материал, игры, игрушки и оборудование, обеспечивают свободный выбор детей.

Игровой материал периодически сменяется, что стимулирует игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

Доступность среды создает условия для свободного доступа детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности; исправность и сохранность материалов и оборудования.

Безопасность предметно-пространственной среды обеспечивает соответствие всех ее элементов требованиям по надежности и безопасности их использования.

Развивающая предметно-пространственная среда ДОО – комплекс психолого-педагогических условий развития интеллектуальных, творческих способностей детей в организованном пространстве.

Цель создания развивающей среды ОУ – обеспечение системы условий, необходимых для развития разнообразных видов детской деятельности

Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Основой реализации данной программы ДО является предметно-пространственная среда, необходимая для развития всех специфических детских видов деятельности. В детском саду она построена так, чтобы обеспечить полноценное физическое, художественно-эстетическое, познавательное, речевое и социально-личностное развитие ребенка. Сюда относятся природные среда и объекты, физкультурное, игровое оборудование в помещении и на участке, предметно-игровая среда, музыкально – театральная, среда для образовательной деятельности.

Развивающая предметно – пространственная среда предусматривает созданные условия для упражнений в практической деятельности, сенсорного развития, развития речи, математических представлений, знакомства с окружающим миром, природой, основами естественных наук. Игры, занятия, упражнения с сенсорным материалом способствуют развитию у детей зрительно-различительного восприятия размеров, форм, цвета, распознаванию звуков, математическому развитию и развитию речи.

Вывод: Развивающая предметно-пространственная среда создана с учетом ФГОС ДО и дает возможность эффективно развивать индивидуальность каждого ребенка с учетом его интересов, уровня развития.

3.2 Режим двигательной активности

Режим двигательной активности детей 4 группы

№	Формы работы	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
1.	Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10
2.	НОД по физическому развитию (2 раза в неделю в зале; 1 раз в неделю ДАП)		10		10	10
3.	НОД по художественно-эстетическому развитию (музыка - 2 раза в неделю)	10		10		
4.	Физкультминутка в середине отведённого времени на непрерывную образовательную деятельность (кроме физического развития и музыки)	2	2	2	2	2
5.	Динамическая переменка	5	5	5	5	5
6.	Подвижные игры перед НОД	5	5	5	5	5
7.	Подвижные игры на прогулке	10	10	10	10	10
8.	Двигательная деятельность на прогулке (закрепление основных движений)	20	20	20	20	20
9.	Оздоровительный бег на прогулке	-	-	-	-	-
10.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	40	40	40	40	40
11.	Бодрящая гимнастика	5	5	5	5	5
12.	Дыхательная гимнастика	2	2	2	2	2
13.	Самостоятельная двигательная активность в группе, помещениях	40	40	40	40	40
14.	Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	-	-	-	-	-
15.	Физкультурный праздник	-	-	-	-	-
	Итого:	149	149	149	149	149

Режим двигательной активности детей 3 группы

№	Формы работы	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
1.	Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10
2.	НОД по физическому развитию (2 раза в неделю в зале; 1 раз в неделю ДАП)	10		10		10
3.	НОД по художественно-эстетическому развитию (музыка - 2 раза в неделю)		10		10	
4.	Физкультминутка в середине отведённого времени на непрерывную образовательную деятельность (кроме физического развития и музыки)	2	2	2	2	2
5.	Динамическая переменка	5	5	5	5	5
6.	Подвижные игры перед НОД	5	5	5	5	5
7.	Подвижные игры на прогулке	10	10	10	10	10
8.	Двигательная деятельность на прогулке (закрепление основных движений)	20	20	20	20	20
9.	Оздоровительный бег на прогулке	-	-	-	-	-
10.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	40	40	40	40	40
11.	Бодрящая гимнастика	5	5	5	5	5
12.	Дыхательная гимнастика	2	2	2	2	2
13.	Самостоятельная двигательная активность в группе, помещениях	40	40	40	40	40
14.	Физкультурный досуг (1 раз в месяц)					
15.	Физкультурный праздник	-	-	-	-	-
	Итого:	149	149	149	149	149

Режим двигательной активности детей 2 группы

№	Формы работы	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
1.	Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10
2.	НОД по физическому развитию (2 раза в неделю в зале; 1 раз в неделю ДАП)	10		10		10
3.	НОД по художественно-эстетическому развитию (музыка - 2 раза в неделю)		10		10	
4.	Физкультминутка в середине отведённого времени на непрерывную образовательную деятельность (кроме физического развития и музыки)	2	2	2	2	2
5.	Динамическая переменка	5	5	5	5	5
6.	Подвижные игры перед НОД	5	5	5	5	5
7.	Подвижные игры на прогулке	10	10	10	10	10
8.	Двигательная деятельность на прогулке (закрепление основных движений)	20	20	20	20	20
9.	Оздоровительный бег на прогулке	-	-	-	-	-
10.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	40	40	40	40	40
11.	Бодрящая гимнастика	5	5	5	5	5
12.	Дыхательная гимнастика	2	2	2	2	2
13.	Самостоятельная двигательная активность в группе, помещениях	40	40	40	40	40
14.	Физкультурный досуг (1 раз в месяц)					
15.	Физкультурный праздник	-	-	-	-	-
	Итого:	149	149	149	149	149

3.3. Работа с родителями

Месяц	Форма работы
Сентябрь	Родительское собрание
Октябрь	Консультация «Спортивная форма на занятиях по физической культуре»
Ноябрь	Консультация. «Как заинтересовать ребёнка занятиями физкультурой»
Декабрь	Консультация «Подвижные игры с детьми в семье»
Январь	Оформление стенда «Зимние забавы» (подвижные игры и упражнения для детей на прогулке зимой)
Февраль	Изготовление атрибутов к 23 февраля
Март	Консультация «Физкультурный уголок дома»
Апрель	Консультация «Гимнастика и зарядка дома»
Май	Участие в итоговом общем родительском собрании, подведение итогов физкультурной работы

4. Методическое обеспечение образовательной деятельности

1. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа— М.: Мозаика-Синтез, 2015.

2. Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. — М., 2005.

3. Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. — М.: Мозаика-Синтез, 2008-2010.

4. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, —М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.

5. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2 -7 лет.-М.: Мозаика – Синтез, 2013г.