

Российская Федерация
Калининградская область

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования «Светловский городской округ» -
детский сад № 9 «Улыбка»**

238340 Калининградская область, г.Светлый, ул.Калинина, дом 9.
Тел.(факс): (8-401-52) 3-41-02, тел.: 3-02-88
e-mail: Ulibka-9@mail.ru

**Рабочая программа
основной образовательной (общеобразовательной) программы
МАДОУ МО «СГО» – д/с № 9 «Улыбка»**

Культурной практики «Физическая культура»

Образовательной области «Физическое развитие»

Первый год обучения для детей 2-3 лет

Разработчик: Янина А. В.

Срок реализации 1 год

г. Светлый
2020г

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

1	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
	Цель и задачи	3
	Возрастные особенности	3
	Планируемые результаты освоения культурной практики	4
2	СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ	4
	Учебно-тематический план	4
	Тематический план	5
	Система психолого-педагогической диагностики	9
3	Материально-техническое обеспечение	9
4	Методическое обеспечение	11

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Данная программа разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ, Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и представляет собой локальный акт МАДОУ МО «СГО» - д/с № 9 «Улыбка», написанный на основе основной общеобразовательной программы дошкольного образования МАДОУ МО «СГО» - д/с № 9 «Улыбка», с учётом комплексной образовательной программы дошкольного образования «Детство» Т.И. Бабаевой.

Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса для детей первого года обучения и направлена на реализацию культурной практики «Физическая культура» в образовательной области «Физическое развитие».

Цель: приобретение опыта в двигательной деятельности, формирование опорно-двигательной системы организма, полезных привычек по укреплению здоровья.

Задачи:

1. Обогащать детский двигательный опыт, способствовать освоению основных движений, развитию интереса к подвижным играм и согласованным двигательным действиям.
2. Обеспечивать смену деятельности детей с учетом степени ее эмоциональной насыщенности, особенностей двигательной и интеллектуальной активности детей.
3. Создать все условия для успешной адаптации каждого ребенка к условиям детского сада.
4. Укреплять здоровье детей, реализовывать систему закаливания.
5. Продолжать формирование умения ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног, действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры.

1.2 Возрастные особенности детей 2-3 лет

На третьем году жизни ребенок вырастает в среднем на 7—8 см, прибавка в весе составляет 2—2,5 кг. Дети активно овладевают разнообразными движениями. Растущие двигательные возможности позволяют детям более активно знакомиться с окружающим миром, познавать свойства и качества предметов, осваивать новые способы действий, но при этом малыши еще не способны постоянно контролировать свои движения. Поэтому воспитателю необходимо проявлять повышенное внимание к действиям детей, оберегать их от неосторожных движений, приучать к безопасному поведению в среде сверстников.

Организм младших дошкольников недостаточно окреп. Дети легко подвергаются инфекциям. Особенно часто страдают их верхние дыхательные пути, так как объем легких ребенка пока небольшой и малыш вынужден делать частые вдохи и выдохи. Эти особенности детей воспитателю надо постоянно иметь в виду: следить за чистотой воздуха в помещении, за правильным дыханием детей (через нос, а не ртом) на прогулке, во время ходьбы и подвижных игр.

В младшем возрасте интенсивно развиваются структуры и функции головного мозга ребенка, что расширяет его возможности в познании окружающего мира. Для детей этого возраста характерно наглядно-действенное и наглядно-образное мышление. Дети «мыслят руками»: не столько размышляют, сколько непосредственно действуют. Чем более разнообразно использует ребенок способы чувственного познания, тем полнее его восприятие, тоньше ощущения, ярче эмоции, а значит, тем отчетливее становятся его представления о мире и успешнее деятельность.

На третьем году жизни заметно возрастает речевая активность детей, они начинают проявлять живой интерес к слову. Это обнаруживается в детских высказываниях и вопросах, а также в игре словами. Малыши изменяют слова, придумывают новые, которых нет в речи взрослых; идет быстрое освоение грамматических форм.

Под влиянием общения со взрослыми, речевых игр и упражнений к трем годам ребенок начинает успешно использовать простые и распространенные предложения, воспроизводить небольшие стишки и потешки, отвечать на вопросы. Своевременное развитие речи имеет огромное значение для умственного и социального развития дошкольников.

Общение детей с воспитателем постоянно обогащается и развивается. Это и эмоциональное общение (обмен положительными эмоциями), и деловое, сопровождающее совместную деятельность взрослого и ребенка, а кроме того, познавательное общение. Дети могут спокойно, не мешая друг другу, играть рядом, объединяться в игре с общей игрушкой, развивать несложный игровой сюжет из нескольких взаимосвязанных по смыслу эпизодов, выполнять вместе простые поручения.

1.3 Планируемые результаты освоения культурной практики

- Ребенок интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.).
- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную координацию движений, быстро реагирует на сигналы. □
- С большим желанием вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, проявляет инициативность.
- Стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям.
- Переносит освоенные простые новые движения в самостоятельную двигательную деятельность.
- В контрольной диагностике его результаты соответствуют или несколько выше возможных максимальных.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ

2.1 Учебный план

№ п/п	Наименование темы	Объём программы (количество учебных часов)
1.	Занятие №1,2(сентябрь)	2
2.	Занятие №3,4	2
3.	Занятие №5,6	2
4.	Занятие №7,8	2
5.	Занятие №1(октябрь)	1
6.	Занятие №2	1
7.	Занятие №3	1
8.	Занятие №4	1
9.	Занятие №5	1
10.	Занятие №6	1
11.	Занятие №7	1
12.	Занятие №8	1
13.	Занятие №1 (ноябрь)	1
14.	Занятие №2	1
15.	Занятие №3	1
16.	Занятие №4	1
17.	Занятие №5	1
18.	Занятие №6	1

19.	Занятие №7	1
20.	Занятие №8	1
21.	Занятие №1(декабрь)	1
22.	Занятие №2	1
23.	Занятие №3	1
24.	Занятие №4	1
25.	Занятие №5	1
26.	Занятие №6	1
27.	Занятие №7	1
28.	Занятие №8	1
29.	Занятие №1 (январь)	1
30.	Занятие №2	1
31.	Занятие №3	1
32.	Занятие №4	1
33.	Занятие №5	1
34.	Занятие №6	1
35.	Занятие №7	1
36.	Занятие №8	1
37.	Занятие №1 (февраль)	1
38.	Занятие №2	1
39.	Занятие №3	1
40.	Занятие №4	1
41.	Занятие №5	1
42.	Занятие №6	1
43.	Занятие №7	1
44.	Занятие №8	1
45.	Занятие №1 (март)	1
46.	Занятие №2	1
47.	Занятие №3	1
48.	Занятие №4	1
49.	Занятие №5	1
50.	Занятие №6	1
51.	Занятие №7	1
52.	Занятие №8	1

2.2 Содержание программы

Наименование темы, количество часов	Программное содержание	Формы контроля	Источник
Сентябрь Занятие №1,2 2 час	Учить детей начинать ходьбу по сигналу, развивать равновесие-ходить по ограниченной поверхности (между двух линий)	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 73
Занятие №3,4 2 час	Учить детей ходить и бегать, меняя направление на определённый сигнал, развивать умение ползать	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 74
Занятие №5,6 2 часа	Учить детей соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега,	Контрольное задание,	[1] стр 75

	приучать бегать в разных направлениях	упражнения	
Занятие №7,8 2 часа	Учить детей ходить по ограниченной поверхности, подлезать под верёвку и бросать предмет на дальность правой и левой рукой, развивать умение бегать в определённом направлении	Контрольное задание, упражнения	[2] стр 76
Октябрь Занятие №1 1 час	Учить детей лазать по гимнастической стенке, развивать чувство равновесия, совершенствовать бег в определённом направлении, умение реагировать на сигнал	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 77
Занятие №2 1 час	Учить детей ходить по ограниченной поверхности, ползать и катать мяч, упражнять в ходьбе, сохраняя равновесие	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.77
Занятие №3 1 час	Ознакомить детей с выполнением прыжка вперёд на двух ногах, учить бросать в горизонтальную цель, совершенствовать умение реагировать на сигнал	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 78
Занятие №4 1 час	Учить детей ходьбе по гимнастической скамейке, бросанию из-за головы двумя руками, упражнять в ползании на четвереньках, развивать чувство равновесия	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 79
Занятие №5 1 час	Учить детей прыгать в длину с места, закреплять метание на дальность из-за головы, способность развивать чувство равновесия и координации движений	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 80
Занятие №6 1 час	Учить детей ходить парами в определённом направлении, бросать мяч на дальность от груди, упражнять в катании мяча, приучать внимательно слушать и ждать сигнала для начала движений	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 82
Занятие №7 1 час	Учить детей по наклонной доске, упражнять в метании на дальность от груди, приучать детей согласовывать движения с движениями других детей, действовать по сигналу	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 83
Занятие №8 1 час	Учить детей бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске, развивать чувство равновесия, глазомер. Воспитывать выдержку	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 83
Ноябрь Занятие №1	Упражнять детей в прыжках в длину с места, в переступании ерез	Контрольное задание,	[1] стр 84

1 час	препятствия, закреплять умение реагировать на сигнал	упражнения	
Занятие №2 1 час	Учить детей ходьбе по кругу взявшись за руки, упражнять в ползании на четвереньках, переступании через препятствия	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 85
Занятие №3 1 час	Учить детей ходить в разных направлениях, не наталкиваясь, упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросании мяча на дальность правой и левой рукой	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 86
Занятие №4 1 час	Развивать у детей умение организованно перемещаться в определенном направлении, учить подлезать под рейку, совершенствовать прыжок в длину с места	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 87
Занятие №5 1 час	Учить детей бросать в горизонтальную цель, прыгать в длину с места, закреплять умение ходить по кругу, взявшись за руки	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.88
Занятие №6 1 час	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, катании мяча под дугу, закреплять умение не терять равновесие во время ходьбы по гимнастической скамейке	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.89
Занятие №7 1 час	Учить детей прыгать в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.90
Занятие №8 1 час	Упражнять детей в прыжках в длину с места на двух ногах, в ползании на четвереньках и подлезании, воспитывать умение	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.91
Декабрь Занятие №1 1 час	Учить детей бросать на дальность правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, развивать внимание и координацию движений	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 91
Занятие №2 1 час	Упражнять детей в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, учить бросать и ловить мя, стараться выполнять движения вместе с другими детьми	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 92
Занятие №3 1 час	Учить детей бросанию на дальность, совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 94
Занятие №4 1 час	Учить детей лазать по гимнастической стенке, закреплять умение ходить по гимнастической скамейке	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 95
Занятие №5	Закреплять умение ходить в колонне	Контрольное	[1] стр.96

1 час	по одному, упражнять в бросании в горизонтальную цель правой и левой рукой	задание, упражнения	
Занятие №6 1 час	Закреплять умение ползать и подлезать под веревку, совершенствовать навык бросания из-за головы	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.97
Занятие №7 1 час	Учить детей прыгать в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.97
Занятие №8 1 час	Закреплять у детей умение ползать по гимнастической скамейке. Бросать на дальность правой и левой рукой	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.98
Январь Занятие №1 1 час	Учить детей катать мяч, упражнять в лазанье по гимнастической стенке	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 99
Занятие №2 1 час	Закреплять умение детей бросать в горизонтальную цель правой и левой рукой, учить ползать по гимнастической скамейке	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 100
Занятие №3 1 час	Учить детей ходить и бегать в колонне по одному, совершенствовать прыжок в длину с места	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 101
Занятие №4 1 час	Упражнять детей в прыжках в длину с места, ползании на четвереньках и подлезании под рейку	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 102
Занятие №5 1 час	Упражнять детей в метании на дальность правой и левой рукой, учить ходьбе по наклонной доске	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.103
Занятие №6 1 час	Упражнять детей в горизонтальную цель, учить прыгать в длину с места	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.104
Занятие №7 1 час	Учить детей прыгать с высоты, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, в ползании и подлезании	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.105
Занятие №8 1 час	Учить детей катать мяч друг другу. Совершенствовать бросание из-за головы на дальность	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.107
Февраль Занятие №1	Учить детей катать мяч в цель, совершенствовать бросание на дальность из-за головы	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 108
Занятие №2 1 час	Упражнять детей в ползании и подлезании под рейку, прыжках в длину с места	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 109
Занятие №3 1 час	Упражнять детей в ходьбе по наклонной доске, бросании в цель, прыжках в длину с места	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 109
Занятие №4 1 час	Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамейке	Контрольное задание,	[1] стр 110

		упражнения	
Занятие №5 1 час	Упражнять детей в ползании по гимнастической скамейке, учить подпрыгивать	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 111
Занятие №6 1 час	Упражнять детей в катании мяча, ползании на четвереньках	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 112
Занятие №7 1 час	Учить детей ползать по гимнастической скамейке и спрыгивать с нее	Контрольное задание, упражнения	[1] стр 113
Занятие №8 1 час	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках в длину с мест на двух ногах	Контрольное задание, упражнения	[1], стр.114
Март Занятие №1 1 час	Учить детей метанию на дальность двумя руками из-за головы и катании мяча в ворота	Контрольное задание, упражнения	[1], стр. 114
Занятие №2 1 час	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, учить спрыгивать с нее	Контрольное задание, упражнения	[1], стр. 115
Занятие №3 1 час	Учить детей ходьбе по наклонной доске, в метании на дальность правой и левой рукой	Контрольное задание, упражнения	[1], стр. 116
Занятие №4 1 час	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, ползании на четвереньках и подлезании под веревку	Контрольное задание, упражнения	[1], стр. 117
Занятие №5 1 час	Упражнять детей в метании на дальность одной рукой, повторить прыжки в длину с места	Контрольное задание, упражнения	[1], стр. 118
Занятие №6 1 час	Учить детей бросать и ловить мяч. Упражнять в ходьбе по наклонной доске	Контрольное задание, упражнения	[1], стр.119
Занятие №7 1 час	Упражнять детей в прыжках в длину с места. Повторить ползание по гимнастической скамейке	Контрольное задание, упражнения	[1], стр. 119
Занятие №8 1 час	Учить детей прыгать с высоты, упражнять в метании в горизонтальную цель	Контрольное задание, упражнения	[1], стр. 120
Апрель Занятие №1 1 час	Закреплять у детей умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать с нее	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.121
Занятие №2 1 час	Закреплять у детей умение прыгать в длину с места, бросать в горизонтальную цель	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.122
Занятие №3 1 час	Закреплять у детей умение бросать на дальность из-за головы	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.123
Занятие №4 1 час	Учить детей бросать мяч вверх и вперед, совершенствовать ходьбу по наклонной доске	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.124
Занятие №5	Продолжать учить детей бросать на	Контрольное	[1] стр.125

1 час	дальность одной рукой и прыгать в длину с места	задание, упражнения	
Занятие №6 1 час	Закреплять у детей умение ходить по гимнастической скамейке	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.126
Занятие №7 1 час	Продолжать учить ползать по гимнастической скамейке и метать на дальность от груди	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.127
Занятие №8 1 час	Закреплять у детей умение бросать в горизонтальную цель и ходить по наклонной доске	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.127
Май Занятие №1 1 час	Закреплять у детей умение ходить по наклонной доске	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.128
Занятие №2 1 час	Продолжать учить детей бросать на дальность одной рукой	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.129
Занятие №3 1 час	Учить детей метанию на дальность двумя руками из-за головы и катанию мяча в ворота	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.130
Занятие №4 1 час	Продолжать учить детей прыжкам в длину с места	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.131
Занятие №5 1 час	Продолжать учить детей бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.132
Занятие №6 1 час	Закрепить у детей умение катать мяч	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.133
Занятие №7 1 час	Закрепить у детей умение бросать бросать на дальность одной рукой	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.133
Занятие №8 1 час	Закрепить у детей умение ходить по гимнастической скамейке	Контрольное задание, упражнения	[1] стр.134

2.3 Система педагогической диагностики

Цель: установить особенности развития двигательных умений детей

Методы диагностических исследований: наблюдение за детьми в самостоятельной двигательной деятельности, использование контрольных упражнений, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме, антропометрические показатели.

Уровни достижений ребёнка

Низкий. Малыш не интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с разными физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.). Ребенок без особого желания вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, не инициативен. Малыш не самостоятелен в двигательной деятельности, не стремится к получению положительного результата в двигательной деятельности. В контрольной диагностике его результаты ниже возможных минимальных.

Средний. Проявляет высокую двигательную активность. При выполнении упражнений старается выполнить их правильно и повторить неоднократно. Хорошо двигается по прямой.

При выполнении упражнений с предметами допускает некоторую неловкость, стремится преодолеть её. С удовольствием играет в подвижные игры, передаёт имитационные движения. В контрольной диагностике его результаты находятся в пределах нормы для данного возраста.

Высокий. Ребенок интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.). При выполнении упражнений демонстрирует достаточную координацию движений, быстро реагирует на сигналы. □ □ С большим желанием вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, проявляет инициативность. Стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям. Переносит освоенные простые новые движения в самостоятельную двигательную деятельность. В контрольной диагностике его результаты несколько выше возможных максимальных.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Материально-техническое обеспечение

№	Наименование	Количество
1.	Флажки	50
2.	Платочки	25
3.	Мячи средние	25
4.	Кубики пластмассовые	50
5.	Погремушки	50
6.	Кольца от кольцеброса	25
7.	Ленточки цветные	50
8.	Палки гимнастические	25
9.	Маты гимнастические	2
10.	Корзины большие	3
11.	Корзины малые	4
12.	Корректирующие дорожки	4
13.	Мягкие модули (набор)	1
14.	Стойки конусы	12
15.	Канаты	2
16.	Шнуры	2
17.	Бутафорские деревья	2
18.	Сухой бассейн с шариками	1
19.	Декорации к праздникам (украшение зала) наборы	4
20.	Шапочки зверей	1
21.	Магнитофон	1
22.	Аудиозаписи (USB носитель)	6
23.	Игрушки: Дед Мороз -1, Снегурочка – 1, Собака – 1, Медведь -2, Заяц – 2, ёжик – 1, кошка -1,	

3. 2 Список литературы

1. Лайзане С.Я. Физическая культура для малышей: Кн.для воспитателей дет. Сада.-2-е изд.,испр.—М.: Просвещение, 1987. 160 с.:ил.
2. Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: «ВЛАДОС», 1999.
3. Громова С.П. Здоровый дошкольник. Калининград, 1997.

4. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. – М.: «Линка-пресс», 2000.
5. Анисимова С.А. Храброва Т.В. Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста, Санкт-Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012г.
6. Грядкина Т.С. Образовательная область физическая культура, Санкт-Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012г.
7. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. Младший возраст. – М.: «ВЛАДОС», 1999.
8. Бабаева Т. И. Гогоберидзе А. Г. Михайлова З. А. и др Детство. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования СПб: ООО «Издательство «Детство-Пресс» 2015 г. 528 с