

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом
ЧОУ «ЦО «Венда»
Протокол № 1 от 01.10.2019

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы ЧОУ «ЦО «Венда»
Лаврова И.Н.
«01» октября 2019



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДЛЯ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ**

Содержание образовательного направления «Физическая культура», в рамках образовательной области «Физическое развитие»

НА 2019-2020 УЧЕБНЫЙ ГОД

Инструктор по физической культуре: Вайгульт Алексей Валерьевич

2019 год

Частное общеобразовательное учреждение «Центр образования «Венда»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

НАПРАВЛЕНИЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Целевые ориентиры освоения данной программы:

- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление;
- умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя;
- сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;
- может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом;
- энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;
- может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Частное общеобразовательное учреждение «Центр образования «Венда»

РАЗВЕРНУТОЕ КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ)

Месяц	Тема и цели 1-й недели	Тема и цели 2-й недели	Тема и цели 3-й недели	Тема и цели 4-й недели	Виды интеграции направлений
1	2	3	4	5	6
Сентябрь	Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции направлений образовательной области «физическое развитие»): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч двумя руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками				
	Тема	Образовательная деятельность 1-2	Образовательная деятельность 3—4	Образовательная деятельность 5-6	Образовательная деятельность 7-8

Частное общеобразовательное учреждение «Центр образования «Венда»

1	2	3	4	5	6
Октябрь	<p>Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции направлений образовательной области «физическое развитие»): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду</p>				
	<p>Тема</p> <p>Цели</p>	<p>1-2</p> <p>Учить:</p> <p>- ходить и бегать по кругу;</p> <p>- сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади.</p> <p>Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте.</p> <p><i>Подвижная игра «Поезд»,</i></p> <p><i>малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?»</i></p>	<p>3-4</p> <p>Учить:</p> <p>- во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя;</p> <p>- при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги.</p> <p>Упражнять в прокатывании мячей.</p> <p><i>Подвижная игра «У медведя во бору»</i></p>	<p>5-6</p> <p>Учить:</p> <p>- останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; - подлезать под шнур.</p> <p>Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади.</p> <p><i>Подвижная игра «Бежать к флажку»,</i></p> <p><i>малоподвижная игра «Угадай, чей голосок?»</i></p>	<p>7-8</p> <p>Закреплять умение ходить и бегать по кругу.</p> <p>Учить энергичному отталкиванию мяча при прокатывании друг другу.</p> <p>Упражнять в ползании на четвереньках.</p> <p><i>Подвижная игра «Мыши в кладовой»</i></p>

Частное общеобразовательное учреждение «Центр образования «Венда»

1	2	3	4	5	6
Ноябрь	<p>Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции направлений образовательной области «физическое развитие»): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков</p>				
	<p>Тема</p> <p>Цели</p>	<p>1-2</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге. Учить: - сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади; - мягко приземляться в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Мыши в кладовой», <i>Малоподвижная игра</i> «Где спрятался мышонок?»</p>	<p>3-4</p> <p>Упражнять: - в ходьбе колонной по одному; - прыжках из обруча в обруч. Учить приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча. <i>Подвижная игра</i> «Трамвай»</p>	<p>5-6</p> <p>Упражнять: - в ходьбе колонной по одному; - ловить мяч, брошенный воспитателем, и бросать его назад; - ползать на четвереньках</p>	<p>7-8</p> <p>Закреплять умение подлезать под дугу на четвереньках. Упражнять: - в ходьбе по уменьшенной площади. <i>Подвижная игра</i> «Найди свой домик»</p>

Частное общеобразовательное учреждение «Центр образования «Венда»

1	2	3	4	5	6	
Декабрь	Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции направлений образовательной области «физическое развитие»): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре					
	Тема	1-2	3-4	5-6	7-8	<p><i>Физическая культура:</i> упражнять в ходьбе и беге по кругу, в рассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие.</p> <p><i>Здоровье:</i> дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p> <p><i>Социализация:</i> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.</p> <p><i>Безопасность:</i> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.</p> <p><i>Коммуникация:</i> развивать диалогическую форму речи</p>
	Цели	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходить и бегать в рассыпную, используя всю площадь зала; - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках. <p>Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги.</p> <p><i>Подвижная игра «Населка и цып-</i></p>	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходить и бегать по кругу; - мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги. <p>Упражнять в прокатывании мяча.</p> <p><i>Подвижная игра «Поезд»</i></p>	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходить и бегать в рассыпную; - катать мяч друг другу, выдерживая направление; - подползать под дугу. <p><i>Подвижная игра «Птички и птенчики»</i></p>	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходить и бегать по кругу; - подлезать под шнур, не касаясь руками; - сохранять равновесие при ходьбе по доске. <p><i>Подвижная игра «Воробышки и кот», малоподвижная игра «Каравай»</i></p>	

Частное общеобразовательное учреждение «Центр образования «Венда»

1	2	3	4	5	6	
Январь	Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции направлений образовательной области «физическое развитие»): умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности. умеет занимать себя игрой					
	Тема	1-2	3-4	5-6	7-8	
	Цели	<p>Познакомить: - с перестроением и ходьбой парами;</p> <p>- сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске.</p> <p>Упражнять в прыжках, продвигаясь вперед.</p> <p><i>Подвижная игра «Кролики»</i></p>	<p>Учить:</p> <p>- ходить и бегать враспынную при спрыгивании;</p> <p>- мягкому приземлению на полусогнутые ноги;</p> <p>- прокатывать мяч вокруг предмета.</p> <p><i>Подвижные игры «Трамвай», «Мой веселый, звонкий мяч», «Угадай, кто кричит?»</i></p>	<p>Упражнять:</p> <p>- в ходьбе парами и беге враспынную;</p> <p>- прокатывать мяч друг другу;</p> <p>- подлезать под дугу, не касаясь руками пола.</p> <p><i>Подвижная игра «Найди свой цвет»</i></p>	<p>Упражнять:</p> <p>- в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя;</p> <p>- подлезать под шнур, не касаясь руками пола.</p> <p>Формировать правильную осанку при ходьбе по доске.</p> <p><i>Подвижная игра «Мыши в кладовой»</i></p>	<p><i>Физическая культура:</i> формировать умение ходить по два (парами), враспынную, по наклонной доске, сохраняя равновесие, закреплять умение ползать, подлезать под препятствие, катать мяч.</p> <p><i>Здоровье:</i> осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.</p> <p><i>Социализация:</i> поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами, развивающие ловкость движений.</p> <p><i>Безопасность:</i> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль.</p> <p><i>Коммуникация:</i> развивать инициативную речь детей во взаимодействиях со взрослыми и другими детьми</p>

Частное общеобразовательное учреждение «Центр образования «Венда»

1	2	3	4	5	6	
Февраль	Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции направлений образовательной области «физическое развитие»): сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу					
	Тема	1-2	3-4	5-6	7-8	<p><i>Физическая культура:</i> развивать навыки ходьбы и бега врассыпную, колонной по одному, с выполнением заданий, перешагиванием через предметы; навыки лазанья и ползания; развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках, развивать ловкость, выразительность и красоту движений.</p> <p><i>Здоровье:</i> воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей.</p> <p><i>Социализация:</i> развивать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p> <p><i>Коммуникация:</i> формировать умение вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого</p>
	Цели	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в ходьбе и беге врассыпную; - прыжках из обруча в обруч. <p>Учить ходить переменными шагами через шнур.</p> <p><i>Подвижная игра «Птички в гнздышке»</i></p>	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в ходьбе и беге колонной по одному, выполняя задания; - прокатывании мяча друг другу. <p>Учить приземляться</p>	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в ходьбе переменным шагом через шнуры; - беге врассыпную; - бросать мяч через шнур; - подлезать под шнуром, не касаясь руками пола. <p><i>Подвижная игра «Найди свой цвет», малоподвижная игра</i></p>	<p>Упражнять: - в ходьбе колонной по одному, выполняя задания; - беге врассыпную; - пролезать в обруч, не касаясь руками пола; - сохранять равновесие при ходьбе по доске.</p> <p><i>Подвижная игра «Кролики»</i></p>	

Частное общеобразовательное учреждение «Центр образования «Венда»

1	2	3	4	5	6	
Март	Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции направлений образовательной области «физическое развитие»): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения					
	Тема	1-2	3-4	5-6	7-8	<i>Физическая культура:</i> развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с продвижением вперед, принимать правильное исходное положение в прыжках в длину, обучать хвату за перекладину во время лазанья, упражнять в ходьбе и беге парами, по кругу, врассыпную, по доске, с перешагиванием через предметы. <i>Здоровье:</i> осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. <i>Социализация:</i> развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, формировать первичные тендерные представления.
	Цели	Учить: - ходить и бегать по кругу; - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади; - мягко призем-	Упражнять в ходьбе и беге парами и беге врассыпную. Познакомить с прыжками в длину с места. Учить прокатывать мяч между предметами	Упражнять: - в ходьбе и беге по кругу; - ползании по скамейке на ладонях и коленях. Учить бросать мяч о землю и ловить двумя руками	Упражнять: - в ходьбе парами; - беге врассыпную; - ходьбе с перешагиванием через брусок. Учить правильному хвату руками за рейки при влезании на наклонную ле-	

Частное общеобразовательное учреждение «Центр образования «Венда»

1	2	3	4	5	6	
Апрель	<p>Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции направлений образовательной области «физическое развитие»): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени и отчеству</p>					
	Тема	1-2	3-4	5-6	7-8	
	Цели	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; - в прыжках в длину с места. <p><i>Подвижная игра «Курочка-хохлатка», малоподвижная игра «Где цыпленок?»</i></p>	<p>Упражнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходить колонной по одному; - бегать врассыпную; - в прыжках с места. <p>Продолжать учить приземляться одновременно на обе ноги, упражнять в бросании мяча об пол.</p> <p><i>Подвижная игра «Найди свой цвет», малоподвижная игра «Пройди тихо»</i></p>	<p>Упражнять: - ходить и бегать врассыпную; - бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; - ползать по доске.</p> <p><i>Подвижная игра «Мыши в кладовой», малоподвижная игра «Где спрятался мышонок?»</i></p>	<p>Упражнять: - в ходьбе и беге колонной по одному; - влезать на наклонную лесенку;</p> <p>- в ходьбе по доске, формируя правильную осанку.</p> <p><i>Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»</i></p>	<p><i>Физическая культура:</i> формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии; развивать умение правильно приземляться в прыжках; закреплять умение энергично отталкивать мячи при бросании, ловить мяч двумя руками одновременно; закреплять умение ползать.</p> <p><i>Здоровье:</i> формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью.</p> <p><i>Социализация:</i> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, формировать уважительное отношение к окружающим.</p> <p><i>Коммуникация:</i> на основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и активизировать словарный запас детей.</p> <p><i>Безопасность:</i> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им и не причиняя боль</p>

Частное общеобразовательное учреждение «Центр образования «Венда»

1	2	3	4	5	6	
Май	Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции направлений образовательной области «физическое развитие»): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, доброту, дружелюбие по отношению к окружающим					
	Тема	1-2	3-4	5-6	7-8	<p><i>Физическая культура:</i> закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, в рассыпную, с перешагиванием через предметы; бросать мяч вверх, вниз, об пол (землю), ловить его; ползать на четвереньках по прямой, лазать по лесенке-стремянке, развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. <i>Здоровье:</i> воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей, формировать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p><i>Социализация:</i> развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика.</p> <p><i>Коммуникация:</i> развивать диалогическую форму речи.</p> <p><i>Безопасность:</i> не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, сообщать воспитателю о появлении на участке незнакомого человека</p>
	Цели	<p>Упражнять: - ходить и бегать по кругу; - сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре; - в перепрыгивании через шнур.</p> <p><i>Подвижная игра «Мыши в кладовой», малоподвижная игра «Найди дышленка»</i></p>	<p>Упражнять: - ходить и бегать в рассыпную; - в подбрасывании мяча; - в приземлении на носочки в прыжках в длину с места.</p> <p><i>Подвижная игра «Огуречик, огуречик...», малоподвижная игра «Угадай, кто позвал»</i></p>	<p>Упражнять: - ходить колонной по одному, выполняя задания по сигналу; - бегать в рассыпную; - учить подбрасывать мяч вверх и ловить его;</p>	<p>Упражнять: - в ходьбе, отрабатывая переменный шаг и координацию движений, и беге в рассыпную; - в равновесии.</p> <p>Закреплять умение влезать на наклонную лесенку, не пропуская реек.</p> <p><i>Подвижная игра «Найди свой цвет», малопо-</i></p>	

Частное общеобразовательное учреждение «Центр образования «Венда»

ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Тематические блоки	Программы	Пособия и технологии
Физическая культура	1.Э.Я. Степаненкова Методика физического воспитания. -М.: Мозаика-Синтез, 2005. 2.Э.Я. Степаненкова Физическое воспитание в детском саду.-М.: Мозаика-Синтез, 2005	1 .Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Система работы во второй младшей группе. – М.: Мозаика-синтез, 2013. 2.Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе. – М.: Мозаика-синтез, 2013 3.П.П.Будинская и др.Общеразвивающие упражнения в детском саду.- М.:Просвещение,1990. 4.Л.И.Пензулаева Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет). –М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС,2003г. 5.Л.И.Пензулаева Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС,2003г. 6.Л.И Пензулаева Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет . -М.: Мозаика-Синтез, 2008. 8. .Л.И Пензулаева Физкультурные в детском саду. Старшая группа. -М.: Мозаика-Синтез, 2009. 9.Л.И Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду. В подготовительной к школе группе детского сада. -М.: Мозаика-Синтез, 2010. 10.Э.Я. Степаненкова Методика проведения подвижных игр-М.: Мозаика-Синтез, 2010. 11. Степаненкова Э. Я. Сборник подвижных игр. 2-7 лет. .: Мозаика-Синтез, 2011. 12.И.М.Новикова Формирование представлений о здоровом образе дошкольников. .: Мозаика-Синтез, 2009. 13.Т.И. Осокина и др.Игры и развлечения детей на воздухе.М.:Просвещение,1983г. 14.А.П. Щербак Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении: Влияние физического воспитания на саморегуляциюдошкольникаМ.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС,1999. 15.В.Я.Лысова, Т.С. Яковлева, М.Б.Зацепина Спортивные праздники и развлечения для дошкольников. Младший и средний дошкольный возраст.-М.: АРКТИ, 2000. 16.Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 1999. 17.М.М.Борисова Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет. – М.: Мозаика-синтез, 2013