

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
« Колундаевский детский сад №5 «Тополёк ».

Согласовано
на заседании педагогического совета
МБДОУ « Колундаевский Д С »
Протокол №__
от «__» августа 2017 года

Утверждена
Приказ №__
от «__» августа 2017 года
заведующий МБДОУ
« Колундаевский Д С »
_____ А.И.Громова

Рабочая программа
образовательной деятельности в младшей группе
« по формированию физических качеств » общеразвивающей
направленности на 2017-2018 учебный год
возраст детей 2-3 года

Разработчик программы:
Седова З. И – воспитатель

х. Колундаевский
2017 год

Пояснительная записка.

Рабочая программа разработана в соответствии с нормативно – правовыми документами, регламентирующими деятельность МБДОУ « Колундаевский Д С »:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 «Об утверждении СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Лицензия на осуществление образовательной деятельности: № 5008 от 11 июня 2015 г, серия 61 ЛО № 0002869.
- Устав МБДОУ « Колундаевский Д С »;
- Образовательная программа МБДОУ « Колундаевский Д С ».

Направленность программы: на развитие физических качеств; накопление и обогащение двигательного опыта детей; формирование у воспитанников потребности двигательной активности.

Цель программы: формировать у детей привычку к здоровому образу жизни; растить детей здоровыми, сильными, жизнерадостными.

Задачи программы:

- обогащать детский двигательный опыт, способствовать освоению основных движений, развитию интереса к подвижным играм и согласованным двигательным действиям;
- укреплять здоровье детей, реализовывать систему закаливания.
- воспитание интереса к физическим упражнениям и совместным подвижным играм в группе и на улице;
- развитие потребности ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, развитие умений самостоятельно использовать физкультурный инвентарь (мячи, кубики);
- осуществлять процесс освоения детьми разнообразных видов движений (ходьба, бег, простейшие построения, прыжки, бросание и ловля мяча, лазанье);
- развитие физических качеств: ловкости, быстроты, гибкости.

Принципы реализации программы:- соответствовать принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребёнка;

- обеспечивать единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;
- строиться с учётом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников.

Объём программы: 2 раза в неделю, 8 занятий в месяц, объём занятий фиксирован в академических часах(10 минут).

Формы реализации программы: игровые беседы с элементами движений, утренние зарядки, игры подвижные и малоподвижные, ходьба и бег, упражнения с предметами и без предметов.

Условия реализации программы: предметно – развивающая среда в группе (спортивный уголок).

Содержание программы:

Дата	Тема НОД	Часы	Примечание
04.09.2017	Диагностика	1	
06.09.2017	Диагностика	1	
11.09.	Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега.	1	
13.09.	Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега.	1	
18.09.	Учить ходьбе по ограниченной поверхности.	1	
20.09	Учить подлезать под верёвку и бросать предмет вдалёк правой и левой рукой.	1	
25.09.	Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега.	1	
02.10.	Учить лазать по гимнастической стенке.	1	
04.10.	Учить ходить по ограниченной поверхности, ползать и катать мяч.	1	
09.10.	Ознакомить с выполнением прыжка вперёд на двух ногах.	1	

11.10.	Учить ходить по гимнастической скамейке, бросать мяч вдаль из-за головы двумя руками.	1	
16.10.	Учить прыгать в длину с места, закреплять метание из-за головы.	1	
18.10.	Учить ходить парами в определённом направлении, бросать мяч вдаль от груди, упражнять в катании мяча.	1	
23.10.	Учить ходить по наклонной доске, упражнять в метании вдаль от груди.	1	
25.10	Учить бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске.	1	
01.11.	Упражнять в прыжке в длину с места, переступать через препятствия.	1	
06.11.	Учить детей ходить по кругу, взявшись за руки. Упражнять в ползании на четвереньках.	1	
08.11.	Ходить в разных направлениях, не наталкиваясь, упражнять в ходьбе по наклонной доске.	1	
13.11.	Развивать умение организованно перемещаться в определённом направлении, учить подлезать под рейку.	1	
15.11.	Учить бросать в горизонтальную цель,	1	

	прыгать в длину с места.		
20.11.	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, катать мячи под дугу.	1	
22.11.	Учить прыгать в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз.	1	
22.11.	Упражнять детей в прыжках в длину с места на двух ногах.	1	
27.11	Упражнять детей в прыжках в длину с места на двух ногах	1	
04.12.	Учить бросать вдаль правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке.	1	
06.12.	Упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, учить бросать и ловить мяч.	1	
11.12.	Закреплять умение бросать вдаль(мяч, мешок с песком).	1	
13.12.	Учить лазать по гимнастической стенке. Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке.	1	
18.12	Закреплять умение ходить в колонне по	1	

	одному.		
18.12.	Закреплять умение ползать и подлезать под верёвку, совершенствовать навык бросания вдаль из-за головы.	1	
19.12.	Совершенствовать прыжки в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске.	1	
25.12.	Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке и метание вдаль правой и левой рукой.	1	
08.01.2018	Учить катать мяч, упражнять в лазанье по гимнастической стене.	1	
10.01.2018	Совершенствовать метание в горизонтальную цель правой и левой рукой, учить ползать по гимнастической скамейке	1	
15.01.2018	Закреплять умение ходить и бегать в колонне по одному, совершенствовать прыжок в длину с места.	1	
17.01.2018	Упражнять детей в прыжках с места, ползать на четвереньках и подлезать под рейку.	1	
22.01.2018	Упражнять детей в метании вдаль правой и левой рукой, ходить по наклонной доске.	1	
24.01.2018	Упражнять в метании в горизонтальную цель,	1	

	Учить прыгать в длину с места.		
29.01.2018	Учить прыгать в глубину, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, в ползании и подлезании	1	
31.01.2018	Учить катать мяч друг другу.	1	
05.02.	Учить катать мяч в цель.	1	
07.02.	Упражнять в ползании подлезании под рейку, прыгать в длину с места.	1	
12.02.	Упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросать в цель, прыгать в длину с места.	1	
14.02.	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, учить бросать и ловить мяч.	1	
19.02.	Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, учить подпрыгивать.	1	
21.02.	Учить катать мяч, упражнять детей в ползании на четвереньках.	1	
26.02.	Учить ползать по гимнастической скамейке и спрыгивать с неё, упражнять в катании мяча в цель	1	
28.02.	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках в длину с места на двух ногах.	1	

05.03.	Упражнять детей в метании вдаль двумя руками из-за головы и катании мяча в воротики.	1	
07.03.	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, учить спрыгивать с неё, учить ходит парами.	1	
12.03.	Упражнять в ходьбе по наклонной доске, в метании вдаль правой и левой рукой.	1	
14.03.	Учить становиться в круг, взявшись за руки.	1	
19.03.	Упражнять детей в метании вдаль одной рукой, повторить прыжки с места.	1	
21.03.	Учить бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске и ползании на четвереньках	1	
26.03.	Упражнять в прыжках в длину с места, повторить ползание по гимнастической скамейке.	1	
28.03.	Упражнять в спрыгивании с высоты, метании в горизонтальную цель, повторить ходьбу на четвереньках.	1	
02.04.	Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать в глубину, учить бросать и ловить мяч.	1	
04.04.	Совершенствовать прыжок в длину с места,	1	

	метании в горизонтальную цель и ползание с подлезанием		
09.04.	Совершенствовать метание вдаль из-за головы и катании мяча друг другу.	1	
11.04.	Учить бросать мяч вверх и вперёд, совершенствовать ходьбу по наклонной доске.	1	
16.04.	Совершенствовать метание вдаль одной рукой и прыжок в длину с места.	1	
18.04.	Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке, упражнять в спрыгивании, учить бросать и ловить мяч.	1	
23.04.	Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке и метании вдаль от груди.	1	
25.04.	Совершенствовать метание в горизонтальную цель и ходьбу по наклонной доске.	1	
07.05.	Закрепить умение ходить по наклонной доске, совершенствовать прыжок в длину с места и метание вдаль из-за головы.	1	
14.05.	Закрепить катать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке.	1	
16.05.	Упражнять в метании вдаль одной рукой.	1	

21.05.	Совершенствовать умение бросать мяч, упражнять в ползании по гимнастической скамейке и прыжке в глубину	1	
23.05.	Диагностика	1	
28.05.	Диагностика	1	
		72	

Методическое обеспечение программы.

Литература: «Физическая культура для малышей» С.Я.Лайзане.2013г

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575785

Владелец Громова Анна Ивановна

Действителен с 23.03.2021 по 23.03.2022