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

Согласовано
на заседании педагогического совета
МБДОУ « Колундаевский Д С »
Протокол № 1
от «30» августа 2021 года

Утверждена
Приказ № 82
от «30» августа 2021 года
заведующий МБДОУ
« Колундаевский Д С »
А. И. Громова

Рабочая программа
образовательной деятельности в младшей группе
« по формированию физических качеств »
общеразвивающей направленности на 2021-2022 учебный год
возраст детей 2-3 года

Разработчик программы:
Седова З. И – воспитатель

х. Колундаевский
2021 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 Л0 № 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: 2раза 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
02.09.	Диагностика	1	
07.09.	Диагностика	1	
09.09.	Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега.	1	
14.09.	Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега.	1	
16.09.	Учить ходьбе по ограниченной поверхности.	1	
21.09	Учить подлезать под верёвку и бросать предмет вдаль правой и левой рукой.	1	
23.09.	Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега.	1	
28.09.	Учить лазать по гимнастической стенке.	1	
30.09.	Учить ходить по ограниченной поверхности, ползать и катать мяч.	1	
05.10.	Ознакомить с выполнением прыжка вперёд на двух ногах.	1	
07.10.	Учить ходить по гимнастической скамейке, бросать мяч вдаль из-за	1	

	головы двумя руками.		
12.10.	Учить прыгать в длину с места, закреплять метание из-за головы.	1	
14.10.	Учить ходить парами в определённом направлении, бросать мяч вдаль от груди, упражнять в катании мяча.	1	
19.10.	Учить ходить по наклонной доске, упражнять в метании вдаль от груди.	1	
21.10	Учить бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске.	1	
26.10.	Упражнять в прыжке в длину с места, переступать через препятствия.	1	
28.10.	Учить детей ходить по кругу, взявшись за руки. Упражнять в ползании на четвереньках.	1	
09.11.	Ходить в разных направлениях, не наталкиваясь, упражнять в ходьбе по наклонной доске.	1	
11.11. 16.11.	Развивать умение организованно перемещаться в определённом направлении, учить подлезать под рейку. Учить бросать в горизонтальную цель, прыгать в длину с места.	1 1	

18.11.	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, катать мячи под дугу.	1	
23.11.	Учить прыгать в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз.	1	
25.11.	Упражнять детей в прыжках в длину с места на двух ногах.	1	
30.11	Упражнять детей в прыжках в длину с места на двух ногах	1	
07.12.	Учить бросать вдаль правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке.	1	
09.12.	Упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, учить бросать и ловить мяч.	1	
14.12.	Закреплять умение бросать вдаль(мяч, мешок с песком).	1	
16.12.	Учить лазать по гимнастической стенке. Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке.	1	
21.12	Закреплять умение ходить в колонне по одному.	1	
23.12.	Закреплять умение ползать и	1	

	подлезать под верёвку, совершенствовать навык бросания вдаль из-за головы.		
2812.	Совершенствовать прыжки в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске.	1	
30.12.	Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке и метание вдаль правой и левой рукой.	1	
11.01.	Учить катать мяч, упражнять в лазанье по гимнастической стене.	1	
13.01.	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	
18.01.	Упражнять детей в прыжках с места, ползать на четвереньках и подлезать под рейку.	1	
20.01.	Упражнять детей в метании вдаль правой и левой рукой, ходить по наклонной доске.	1	
25.01.	Упражнять в метании в горизонтальную цель, Учить прыгать в длину с места.	1	

27.01.	Учить прыгать в глубину, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, в ползании и подлазании	1	
01.02.	Учить катать мяч друг другу.	1	
03.02.	Учить катать мяч в цель.	1	
08.02.	Упражнять в ползании подлезании под рейку, прыгать в длину с места.	1	
10.02.	Упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросать в цель, прыгать в длину с места.	1	
15.02.	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, учить бросать и ловить мяч.	1	
17.02.	Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, учить подпрыгивать.	1	
22.02.	Учить катать мяч, упражнять детей в ползании на четвереньках.	1	
24.02.	Учить ползать по гимнастической скамейке и спрыгивать с неё, упражнять в катании мяча в цель	1	
01.03.	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках в длину с места на двух ногах.	1	
03.03.	Упражнять детей в метании вдаль двумя руками	1	

	из-за головы и катании мяча в воротики.		
08.03.	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, учить спрыгивать с неё, учить ходит парами.	1	
10.03.	Упражнять в ходьбе по наклонной доске, в метании вдаль правой и левой рукой.	1	
15.03.	Учить становиться в круг, взявшись за руки.	1	
17.03.	Упражнять детей в метании вдаль одной рукой, повторить прыжки с места.	1	
29.03.	Учить бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске и ползании на четвереньках	1	
31.03.	Упражнять в прыжках в длину с места, повторить ползание по гимнастической скамейке.	1	
05.04.	Упражнять в спрыгивании с высоты, метании в горизонтальную цель, повторить ходьбу на четвереньках.	1	
07.04. 12.04.	Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать в глубину, учить бросать и ловить мяч. Совершенствовать прыжок в длину с места, метании в горизонтальную цель и ползание с подлезанием	1 1	

14.04.	Совершенствовать метание вдаль из-за головы и катании мяча друг другу.	1	
19.04.	Учить бросать мяч вверх и вперёд, совершенствовать ходьбу по наклонной доске.	1	
21.04.	Совершенствовать метание вдаль одной рукой и прыжок в длину с места.	1	
26.04.	Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке, упражнять в спрыгивании, учить бросать и ловить мяч.	1	
28.04.	Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке и метании вдаль от груди.	1	
10.05.	Совершенствовать метание в горизонтальную цель и ходьбу по наклонной доске.	1	
12.05.	Закрепить умение ходить по наклонной доске, совершенствовать прыжок в длину с места и метание вдаль из-за головы.	1	
17.05.	Закрепить катать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке.	1	
19.05.	Упражнять в метании вдаль одной рукой.	1	
21.05.	Совершенствовать умение бросать мяч, упражнять в ползании по	1	

	гимнастической скамейке и прыжке в глубину		
24.05.	Диагностика	1	
26.05.	Диагностика	1	
		72	

Методическое обеспечение программы.

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

2.Основная образовательная программа дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.- М., МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2015.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575785

Владелец Громова Анна Ивановна

Действителен С 23.03.2021 по 23.03.2022