

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад № 111»**

Принято
Педагогическим советом
МБДОУ № 111
Протокол заседания № 1
от 30.08.23 г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 111
_____ Вerveкина Ю.Г.
Приказ №194 от 30.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре
по пособию Лайзане С.А. «Физическая культура для малышей»

возраст детей 2-3 года (первая младшая группа №2).

Авторы-составители:
Воспитатель
Болотина Елена Михайловна
воспитатель
Алимова Наталья Владимировна

2023-2024 учебный год

Пояснительная записка

Направленность Рабочей программы по физическому развитию с детьми 2-3 года.

Нормативные основания разработки Рабочей программы

Данная Рабочая программа (далее - Программа) разработана в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 02.07.2021) «Об образовании в Российской Федерации»
- ФЗ от 31.07.2020 г. № 304 –ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядком разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ, утверждённым приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809),
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания».
- ФГОС ДО, утверждённым приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155, с изменением, внесенным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января .2019 г. № 31,
- Федеральной образовательной программой дошкольного образования (далее - ФОП), утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 г. № 1028;
- Лицензией на право ведения образовательной деятельности (серия 61ЛО1 № 0003107, регистрационный № 5442 от 13.08.2015г.);
- Уставом МБДОУ № 111.
- ОП МБДОУ № 111

ЦЕЛИ:

- Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений,
- Формирование правильной осанки.
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- Обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазание, ходьба,

- бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- Развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
 - Поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;
 - Формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;
 - Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует умение выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребенка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.

Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля: скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50 - 100 см), под дугой, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100 - 125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребенка с расстояния 1 - 1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м;

ползание и лазанье: ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3 - 4 м (взяв ее, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 - 30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30 - 40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом;

ходьба: ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); в рассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки;

бег: бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40 - 30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20 - 30 - 40 секунд; медленный бег на расстояние 40 - 80 м;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте (10 - 15 раз); с продвижением вперед, через 1 - 2 параллельные линии (расстояние 10 - 20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20 - 30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка на 10 - 15 см;

упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2 - 3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10 - 15 см); ходьба по извилистой дорожке (2 - 3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте.

В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса: поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребенку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника: сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание "пружинка", приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения.

педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе, сидя на стуле или на скамейке.

Подвижные игры: педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).

Формирование основ здорового образа жизни: педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены); поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закалывающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.

ПРИНЦИПЫ

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе - взрослые);
- признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество ДОО с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учёт этнокультурной ситуации развития детей.

ОБЪЁМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:

Рабочая программа реализуется в форме организованной образовательной деятельности. Занятия проходят 3 раза в неделю, 12 занятия в месяц, 108 академических часа, по 10 минут, согласно СанПиН 1.2.3685-21. Образовательная деятельность осуществляется в соответствии с расписанием. В середине организованной образовательной деятельности проводятся физкультурные минутки.

ФОРМЫ РЕАЛИЗАЦИИ:

- физкультурные занятия;
- прогулки и походы;
- праздники и досуги;
- Организованная образовательная деятельность по физической культуре делится на:
 - игровую;
 - сюжетную;
 - тематическую (с одним видом физических упражнений);
 - комплексную (с элементами развития речи, математики, конструирования);
 - контрольно-диагностическую;
 - учебно-тренирующего характера;
- физкульминутки;
- игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок;
- ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений;
- мероприятия групповые, межгрупповые:
 - прогулки, экскурсии;
 - физкультурные досуги;
 - музыкальные досуги;
 - спортивные праздники;
 - соревнования;
 - дни здоровья;
- тематические недели;
- тематические досуги;
- праздники;

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ:

1. Специфическая предметно-пространственная развивающая среда в группе, организованная в виде разграниченных зон: центр игровой деятельности (все виды игр, предметы-заместители); центр исследовательской деятельности (экспериментирование, живые обитатели); центр конструктивной деятельности (все виды строительного, природного материалов); центр продуктивных художественно-творческих видов деятельности и др.

В работе таких центров царит атмосфера психологической творческой свободы, возможности проявить свою индивидуальность, реализовать свой выбор. Выбор ребёнком развивающей среды – стимул саморазвития не только ребенка, но и педагога.

Центры оснащены развивающими материалами:

- *Набор игровых материалов для игровой, продуктивной, конструктивной деятельности,*

- Набор материалов и оборудования для познавательно-исследовательской деятельности: объекты для исследования в действии, образно-символический материал и т.д.
- 2. Совместная деятельность педагога с детьми направлена на поддержку инициативных ситуаций развития ребенка. Для этого созданы следующие условия:
 - условия для свободного выбора деятельности;
 - условия для принятия детьми решений, выражения своих чувств;
 - недирективная помощь детям, поддержка детской инициативы;
 - создание разных пространств предъявления детских продуктов: легко сменяемые стенды и полки, на которых ребенок может поместить свою работу.

В рамках реализации Программы используется проектная деятельность детей: творческие, исследовательские проекты, проекты по созданию норм – направление проектной деятельности, развивающее позитивную социализацию детей.

Реализация рабочей программы предполагает необходимое ресурсное обеспечение:

Материально-техническое обеспечение:

Оборудование группы:

- Кольцеброс
- Боулинг
- Кегли
- Мячи для метания
- Обручи
- Скакалки

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- у ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры;
- ребенок демонстрирует элементарные культурно-гигиенические навыки, владеет простейшими навыками самообслуживания (одевание, раздевание, самостоятельно ест и тому подобное);
- ребенок стремится к общению со взрослыми, реагирует на их настроение;
- ребенок проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им; играет рядом;
- ребенок понимает и выполняет простые поручения взрослого;

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ:

Периодичность проведения педагогической диагностики определяется диагностической программой МБДОУ № 111, включая в себя стартовую и итоговую диагностику. При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребёнка в группе.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН на 2023-2024 учебный год

<i>Месяц</i>	<i>Программное содержание</i>	<i>Дата</i>	<i>Академ. час</i>	<i>Примечание</i>
сентябрь	Продолжать учить детей ходить в разных направлениях, не наталкиваясь, упражнять в ходьбе	05.09.2023 06.09.2023	2	
	Подвижная игра «Бегите ко мне».	07.09.2023	1	
	Диагностические занятия Учить детей ходьбе в прямом направлении упражнять в ползании	12.09.2023	1	
	Продолжать учить детей ходьбе в прямом направлении упражнять в ползании	13.09.2023	1	
	Подвижная игра «Бегите ко мне».	14.09.2023	1	
	Учить детей начинать ходьбу по сигналу, развивать равновесие — учить ходить по ограниченной поверхности (между двух линий). Свободная ходьба за воспитателем (застенчивых детей или впервые пришедших в детский сад воспитатель берет за руку и ходит вместе с ними).	19.09.2023	1	
	Продолжать учить детей начинать ходьбу по сигналу, развивать равновесие — учить ходить по ограниченной поверхности (между двух линий).	20.09.2023	1	
	Ходьба между предметами, бег стайкой за воспитателем. Подвижная игра «Бегите ко мне».	21.09.2023	1	
	Учить ходить и бегать, меняя направление на определенный сигнал, развивать умение ползать. Чередование ходьбы враспынную с ходьбой стайкой, бега враспынную с бегом в обусловленное место по сигналу.	26.09.2023	1	
	Продолжать учить ходить и бегать, меняя направление на определенный сигнал, развивать умение ползать. Чередование ходьбы враспынную с ходьбой стайкой, бега враспынную с бегом в обусловленное место по сигналу.	27.09.2023	1	
Спокойная ходьба за воспитателем. Ползание на четвереньках (4-6 м). Подвижная игра «Догоните меня»	28.09.2023	1		
октябрь	Учить детей соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание.	03.10.2023	1	
	Ходьба и бег между стульями. Ходьба и бег чередуются. Ходьба по доске, положенной на пол (длина 2,5-3 м, ширина 25-30 см)	04.10.2023	1	
	Продолжать учить детей ходьбе в прямом направлении упражнять в ползании	05.10.2023	1	

	Продолжать учить детей соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание Подвижная игра «В гости к куклам»	10.10.2023	1	
	Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать под веревку и бросать предмет вдаль правой и левой рукой, развивать умение бегать в определенном направлении.	11.10.2023	1	
	Продолжать учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать под веревку и бросать предмет вдаль правой и левой рукой, развивать умение бегать в определенном направлении.	12.10.2023	1	
	Ползание на четвереньках, подползти под веревку (высота 40—45 см) Подвижная игра «Бегите ко мне».	17.10.2023	1	
	Учить лазать по гимнастической стенке, развивать чувство равновесия, совершенствовать бег в определенном направлении, умение реагировать на сигнал.	18.10.2023	1	
	Ходьба по доске с последующим ползанием на четвереньках по полу до определенного места (ленты, стула, гимнастической скамейки и т. д.). Подвижная игра «Бегите ко мне».	19.10.2023	1	
	Ознакомить с выполнением прыжка вперед на двух ногах, учить бросать в горизонтальную цель, совершенствовать умение реагировать на сигнал, учить бросать предмет в определенном направлении. Подвижная игра «Догоните меня».	24.10.2023	1	
	Учить ходить по гимнастической скамейке, бросать мяч вдаль из-за головы двумя руками, упражнять в ползании на четвереньках, развивать чувство равновесия, совершенствовать умение передвигаться в определенном направлении.	25.10.2023	1	
	Ходьба обычным шагом и на носках. Подвижная игра «Догони мяч».	26.10.2023	1	
	Учить прыгать в длину с места, закреплять метание на дальность из-за головы, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений. Спокойная ходьба с остановкой по сигналу. Подвижная игра «Догони мяч».	31.10.2023	1	
ноябрь	Учить ходить парами в определенном направлении, бросать мяч вдаль от груди, упражнять в катании мяча, приучать внимательно слушать и ждать сигнала для начала движений	01.11.2023	1	
	Учить ходить по наклонной доске, упражнять в метании вдаль от груди, приучать детей согласовывать движения с движениями других детей, действовать по сигналу. Подвижная игра «Солнышко и дождик».	02.11.2023	1	
	Учить бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске, развивать чувство равновесия, глазомер, воспитывать выдержку.	07.11.2023	1	

	Продолжать учить ходить по наклонной доске, упражнять в метании вдаль от груди, приучать детей согласовывать движения с движениями других детей, действовать по сигналу. Подвижная игра «Солнышко и дождик».	08.11.2023	1	
	Упражнять в прыжках в длину с места, бросании мешочков на дальность правой и левой рукой, в переступании через препятствия, закреплять умение реагировать на сигнал, воспитывать умение действовать по сигналу. Подвижная игра «Догоните меня».	09.11.2023	1	
	Учить бросать в горизонтальную цель, прыгать в длину с места, закреплять умение ходить по кругу, взявшись за руки.	14.11.2023	1	
	Чередование ходьбы обыкновенным шагом с ходьбой на носках. Подвижная игра «Солнышко и дождик».	15.11.2023	1	
	Учить прыгать в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, развивать ловкость, глазомер и чувство равновесия. Подвижная игра «Воробышки и автомобиль».	16.11.2023	1	
	Упражнять детей в прыжках в длину с места на двух ногах, в ползании на четвереньках и подлезании, воспитывать умение слышать сигналы и реагировать на них.	21.11.2023	1	
	Продолжать учить прыгать в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, развивать ловкость, глазомер и чувство равновесия Подвижная игра «Воробышки и автомобиль».	22.11.2023	1	
	Учить детей бросать на дальность правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, развивать внимание и координацию движений. Подвижная игра «Поезд».	23.11.2023	1	
	Упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, учить бросать и ловить мяч, быть внимательными, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми.	28.11.2023	1	
	Продолжать учить детей бросать на дальность правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, развивать внимание и координацию движений. Подвижная игра «Поезд».	29.11.2023	1	
	Закреплять умение бросать на дальность, совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, упражнять в ходьбе друг за другом со сменой направления, развивать чувство равновесия и ориентировку в пространстве.	30.11.2023	1	
декабрь	Ходьба с остановкой по сигналу. Сигналом может быть словесное указание, удар в бубен, хлопок в ладоши, показ красного флажка и т.д. Подвижная игра «Самолеты».	05.12.2023	1	
	Учить лазать по гимнастической стенке, закреплять умение ходить по гимнастической скамейке, совершенствовать прыжок в длину с места, развивать чувство равновесия, воспитывать смелость, выдержку и внимание. Подвижная игра «Самолеты».	06.12.2023	1	

	Закреплять умение ходить в колонне по одному, Упражнять в бросании в горизонтальную цель правой и левой рукой, совершенствовать прыжки в длину с места, учить во время броска соблюдать указанное направление. Подвижная игра «Пузырь».	07.12.2023	1	
	Закреплять у детей умение ползать и подлезать под веревку, совершенствовать навык бросания на дальность из-за головы, выполнять бросок только по сигналу, учить согласовывать свои движения с движениями товарищей.	12.12.2023	1	
	Ходьба «змейкой» за воспитателем. Подвижная игра «Пузырь».	13.12.2023	1	
	Учить детей бросать на дальность правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, развивать внимание и координацию движений. Подвижная игра «Поезд».	14.12.2023	1	
	Закреплять умение бросать на дальность, совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, упражнять в ходьбе друг за другом со сменой направления, развивать чувство равновесия ориентировку в пространстве.	19.12.2023	1	
	Совершенствовать прыжки в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске, развивать чувство равновесия, глазомер, ловкость и координацию движений, воспитывать дружеские взаимоотношения. Ходьба друг за другом со сменой темпа. Подвижная игра «Птички в гнездышках».	20.12.2023	1	
	Продолжать учить прыжки в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске, развивать чувство равновесия, глазомер, ловкость и координацию движений, воспитывать дружеские взаимоотношения. Ходьба друг за другом со сменой темпа.	21.12.2023	1	
	Закреплять у детей умение ползать по гимнастической скамейке, бросать на дальность левой и правой рукой, учить быстро реагировать на сигнал. Подвижная игра «Птички в гнездышках».	26.12.2023	1	
	Учить детей ходить и бегать в колонне по одному, совершенствовать прыжки в длину с места, упражнять в метании в горизонтальную цель правой и левой рукой, развивать глазомер. Подвижная игра «Воробышки и автомобиль».	27.12.2023	1	
	Упражнять детей в прыжках в длину с места, ползании на четвереньках и подлезании под рейку (веревку), закреплять умение ходить по гимнастической скамейке, способствовать развитию чувства равновесия и ориентировки в пространстве	28.12.2023	1	
январь	Закреплять у детей умение ходить и бегать в колонне по одному, совершенствовать прыжки в длину с места, упражнять в метании в горизонтальную цель правой и левой рукой, развивать глазомер. Подвижная игра «Воробышки и автомобиль».	09.01.2024	1	

	Упражнять в метании на дальность правой и левой рукой, учить ходьбе по наклонной доске, следить, чтобы дети были внимательны, дружно играли. Подвижная игра «Птички в гнездышках».	10.01.2024	1	
	Учить прыгать с высоты, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, в ползании на четвереньках и подлезании, способствовать развитию чувства равновесия и ориентировки в пространстве, умению быстро реагировать на сигнал.	11.01.2024	1	
	Закреплять умение в метании на дальность правой и левой рукой, учить ходьбе по наклонной доске, следить, чтобы дети были внимательны, дружно играли. Подвижная игра «Жуки»	16.01.2024	1	
	Учить катать мяч в цель, совершенствовать бросание на дальность из-за головы, согласовывать движения с движениями товарищей, быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание. Подвижная игра «Воробышки и автомобиль».	17.01.2024	1	
	Упражнять в ползании и подлезании под рейку, прыгать в длину с места, учить детей быть дружными, помогать друг другу.	18.01.2024	1	
	Продолжать учить катать мяч в цель, совершенствовать бросание на дальность из-за головы, согласовывать движения с движениями товарищей, быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание Подвижная игра «Воробышки и автомобиль».	23.01.2024	1	
	Упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросать в цель, прыгать в длину с места, способствовать развитию глазомера, координации движений и чувства равновесия. Подвижная игра «Кошка и мышки».	24.01.2024	1	
	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, учить бросать и ловить мяч, способствовать воспитанию сдержанности, ловкости и умению дружно играть.	25.01.2024	1	
	Закреплять умение в ходьбе по наклонной доске, бросать в цель, прыгать в длину с места, способствовать развитию глазомера, координации движений и чувства равновесия. Подвижная игра «Кошка и мышки»	30.01.2024	1	
	Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, учить подпрыгивать, способствовать развитию координации движений, развивать умение быстро реагировать на сигнал, дружно играть. Подвижная игра «Догоните меня».	31.01.2024	1	
февраль	Учить катать мяч, упражнять детей в ползании на четвереньках, способствовать развитию глазомера и координации движений, учить помогать друг другу.	01.02.2024	1	
	Продолжать учить в ползании по гимнастической скамейке, учить подпрыгивать, способствовать развитию координации движений, развивать умение быстро реагировать на сигнал, дружно играть. Подвижная игра «Догоните меня».	06.02.2024	1	

	Учить ползать по гимнастической скамейке и прыгивать с нее, упражнять в катании мяча в цель; способствовать воспитанию выдержки, смелости, развитию чувства равновесия и глазомера. Подвижная игра «Поезд».	07.02.2024	1	
	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках в длину с места на двух ногах, развивать умение быстро реагировать на сигнал, способствовать развитию равновесия и координации движений.	08.02.2024	1	
	Учить детей ходить по гимнастической скамейке. Ползание на четвереньках до рейки, подлезание под нее. П/и «Пузырь».	13.02.2024	1	
	Учить детей прыгать в длину с места на двух ногах. Ходьба по шнуру, положенному на пол. метание на дальность правой и левой рукой. П/и «Солнышко и дождик».	15.02.2024	1	
	Учить детей бросать мяч на дальность от груди. Прокатывание мяча. П/и «Через ручеек».	16.02.2024	1	
	Учить детей в метании на дальность двумя руками из-за головы и катании мяча в воротца, приучать сохранять направление при метании и катании мячей. Подвижная игра «Кошка и мышки».	20.02.2024	1	
	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, учить прыгивать с нее, закреплять умение бросать на дальность из-за головы, учить ходить парами, способствовать преодолению робости, развитию чувства равновесия.	21.02.2024	1	
	Упражнять детей в ходьбе по наклонной доске. Прыжки в длину с места через 2 веревки. П/и «Воробышки и автомобиль».	22.02.2024	1	
	Продолжать учить детей метанию на дальность двумя руками из-за головы и катании мяча в воротца, приучать сохранять направление при метании и катании мячей Подвижная игра «Кошка и мышки».	27.02.2024	1	
	Учить детей ходьбе по наклонной доске, в метании на дальность правой и левой рукой, способствовать развитию ловкости, преодолению робости, учить дружно играть. Подвижная игра «Пузырь».	28.02.2024	1	
	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, в ползании на четвереньках и подлезании под веревку (рейку), учить становиться в круг, взявшись за руки, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений, помогать преодолевать робость, действовать самостоятельно, уверенно.	29.02.2024	1	
март	Продолжать учить на дальность правой и левой рукой, способствовать развитию ловкости, преодолению робости, учить дружно играть Подвижная игра «Пузырь».	05.03.2024	1	
	Упражнять детей в метании на дальность одной рукой, повторить прыжки в длину с места, развивать координацию движений, воспитывать внимание и умение сдерживать себя. Подвижная игра «Солнышко и дождик».	06.03.2024	1	

	Учить бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске и ползании на четвереньках, учить дружно играть, помогать друг другу. Ходьба гурьбой за воспитателем.	07.03.2024	1	
	Закрепить умение бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске и ползании на четвереньках, учить дружно играть, помогать друг другу. Ходьба гурьбой за воспитателем Подвижная игра «Солнышко и дождик».	12.03.2024	1	
	Упражнять детей в прыжках в длину с места, повторить ползание ползать по гимнастической скамейке, учить быстро реагировать на сигнал. Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч» (вариант с поскоками и бегом).	13.03.2024	1	
	Учить прыгать с высоты, упражнять в метании в горизонтальную цель, повторить ходьбу на четвереньках, способствовать развитию координации движений, умению сохранять определенное направление при метании предметов.	14.03.2024	1	
	Продолжать упражнять детей в прыжках в длину с места, повторить ползание ползать по гимнастической скамейке, учить быстро реагировать на сигнал Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч» (вариант с поскоками и бегом).	19.03.2024	1	
	Учить бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске и ползании на четвереньках, учить дружно играть, помогать друг другу. Ходьба гурьбой за воспитателем.	20.03.2024	1	
	Продолжать учить ползать е на четвереньках и подлезать под дугу. Бросать мешочки с песком в горизонтальную цель правой и левой рукой. Прыжки в длину с места на двух ногах. П/и «Пузырь»	21.03.2024	1	
	Продолжать учить ходить с перешагиванием веревки (палки), прыжки с продвижением вперед, проползание, скатывания мяча с горки. Игровое упражнение «Мой веселый, звонкий мяч» стр.73	26.03.2024	1	
	Закреплять умение ходить - по гимнастической скамейке и прыгать с нее, учить бросать и ловить мяч, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений. Подвижная игра «Пузырь».	27.03.2024	1	
	Подвижная игра «Пузырь». Мой веселый, звонкий мяч»	28.03.2024	1	
апрель	Закреплять у детей умение прыгать в длину с места, бросать в горизонтальную цель, приучать соразмерять бросок с расстоянием до цели, ползти и подлезать, реагировать на сигнал воспитателя	02.04.2024	1	
	Закреплять у детей умение бросать на дальность из-за головы, катать мяч друг другу, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть и быстро реагировать на сигнал.	03.04.2024	1	

	Учить бросать мяч вверх и вперед, совершенствовать ходьбу по наклонной доске, способствовать развитию чувства равновесия, ловкости и смелости	04.04.2024	1	
	Продолжать учить бросать мяч вверх и вперед, совершенствовать ходьбу по наклонной доске, способствовать развитию чувства равновесия, ловкости и смелости Подвижная игра «Воробышки и автомобиль».	09.04.2024	1	
	Продолжать учить бросать на дальность одной рукой и прыгать в длину с места, способствовать развитию смелости, ловкости, умению по сигналу прекращать движение. Подвижная игра «Солнышко и дождик».	10.04.2024	1	
	Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке, упражнять в прыжках с высоты, учить бросать и ловить мяч, воспитывать умение ждать сигнал воспитателя и действовать по сигналу.	11.04.2024	1	
	Продолжать учить детей ползать по гимнастической скамейке и метать на дальность от груди, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений. Подвижная игра «Птички в гнездышках».	16.04.2024	1	
	Закреплять у детей умение бросать в горизонтальную цель и ходить по наклонной доске, развивать умение бросать предмет в определенном направлении, способствовать развитию чувства равновесия и ориентировке в пространстве.	17.04.2024	1	
	Подвижная игра «Птички в гнездышках».	18.04.2024	1	
	Продолжать учить детей бросать на дальность одной рукой, ползанию и подлезанию под дугу, способствовать развитию ловкости, ориентировки в пространстве, умения быстро реагировать на сигнал.	23.04.2024	1	
	Закрепить у детей умение ходить по наклонной доске, совершенствовать прыжок в длину с места и метание на дальность из-за головы, способствовать воспитанию смелости, ловкости и самостоятельности, учить согласовывать свои движения с движениями других детей.	24.04.2024	1	
	Закреплять у детей умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать с нее, продолжать учить бросать вверх и вперед, приучать быстро реагировать на сигнал. Подвижная игра «Воробышки и автомобиль».	25.04.2024	1	
	Подвижная игра «Матрёшки».	30.04.2024	1	
МАЙ	Совершенствовать прыжок в длину с места, упражнять в умении бросать на дальность из-за головы и катать мяч, способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве. Общеобр-ые упр. с мячом	07.05.2024	1	
	Ходить и ритмично ударять кубик о кубик. «Птички в гнездышках»	08.05.2024	1	

Учить детей ходить с перешагиванием веревки (палки), прыжки через две параллельные линии. прокатывание двух мячей поочередно. Игровое упражнение «Мишки идут по лесу»	14.05.2024	1	
Диагностические занятия Прыжки с места на двух ногах	15.05.2024	1	
Ходьба по кругу Ходьба в колонне по одному	16.05.2024	1	
Подвижная игра «Солнышко и дождик».	21.05.2024	1	
Упражнять детей в метании на дальность одной рукой, совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, воспитывать ловкость, развивать чувство равновесия и глазомер. Подвижная игра «Солнышко и дождик».	22.05.2024	1	
Диагностические занятия Прыжки с места на двух ногах	23.05.2024	1	
Ходьба с перешагиванием веревки (палки), перелезание через бревно, перепрыгивание через веревку, лежащую на полу, прокатывание двух мячей поочередно. П/И «Попади в воротца» стр.75	28.05.2024	1	
ИТОГО		108	

В примечании указывается ссылка на электронный ресурс (при наличии) или перенос занятия с указанием формы и даты его проведения.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:

- Занятия на прогулке с малышами. Теплюк С.И. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. Для работы с детьми 2-4 лет. -М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.
- Пензулаева Л.И. «Утренняя гимнастика в детском саду, -М: Мозаика-Синтез, 2011
- Физическая культура для малышей. Лайзана С.Я.- Кн. для воспитателя дет. сада.-2- е изд., испр.-М.: Просвещение, 1987.