

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
центр развития ребенка детский сад первой категории «Колокольчик»

Принято

На заседании педагогического  
совета №1 от 25.08.2022года

Утверждаю

Заведующий МБДОУ Тацинского  
д/с «Колокольчик»

\_\_\_\_\_Храмкова И.М.

Приказ № 74 от 26.08.2022

Рабочая программа  
в рамках общеобразовательной программы  
«От рождения до школы» под редакцией  
Н. Е. Вераксы, Т.С. Комаровой , М.А. Васильевой  
Образовательная область «Физическая культура»  
2младшая группа /3-4 года/  
на 2022-2023 учебный год

## Содержание:

№п/п	Название	Стр.
I	Целевой раздел	3
1.1.	Пояснительная записка. Цель	3
1.2	Задачи	3
1.3	Принципы	4
1.4.	Нормативно-правовая база	4
1.5.	Возрастные и индивидуальные особенности детей	5
1.6.	Планируемые результаты	6
II	Содержательный раздел	7
2.1	Описание особенностей образовательной деятельности с детьми группы по образовательной области «Физическое развитие» в соответствии с образовательной программой и примерной общеобразовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы»/ Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой).	7
2.2.	Особенности сотрудничества с семьями воспитанников (перспективный план взаимодействия с родителями).	10
III	Организационный раздел	11
3.1.	Режим пребывания детей	11
3.2	Расписание занятий	12
3.3	Лист здоровья воспитанников	13
3.4	Социальный паспорт группы	14
3.5	Двигательный режим	15
3.6	Традиции группы (с включением культурно-досуговой деятельности) Планирование событий, праздников, мероприятий	16
3.7	Программно-методическое обеспечение образовательного процесса по образовательным областям	18
3.8	Организация предметно-пространственной среды (в том числе материально-техническое обеспечение)	18

## **I .Целевой раздел**

### **1.1 Пояснительная записка. Цель.**

Настоящая рабочая программа разработана на основе общеобразовательной программы дошкольного образования на основе примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой, образовательной программы ДОУ - в соответствии с ФГОС ДО. Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности детей второй младшей группы.

**Цель-**формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие

### **1.2. Задачи**

- ✓ 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.
- ✓ Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта
- ✓ Формировать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.
- ✓ Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.
- ✓ Развивать движения в ходе обучения разнообразным формам двигательной активности.
- ✓ Закреплять навыки ползания, лазанья, разнообразные действия с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).
- ✓ Развивать умение прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.
- ✓ Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании
- ✓ Воспитывать желание выполнять физические упражнения на прогулке.

- ✓ Развивать стремление играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.
- ✓ Развивать умение играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений (ходьба, бег, бросание, катание).
- ✓ Формировать выразительность движений, умение передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т.п.).  
Срок реализации 1 год

### **1.3. Принципы и подходы к формированию программы.**

- ✓ Принцип развивающего обучения (при обучении движениям, предполагаемые упражнения, должны опережать имеющийся у детей в данный момент уровень умений и навыков).
- ✓ Принцип воспитывающего обучения (в процессе НОД решаются воспитательные задачи: настойчивость, смелость, выдержка, нравственно – волевые качества).
- ✓ Принцип сознательности (понимание ребёнка сути того или иного движения, которое он производит)
- ✓ Принцип систематичности (чередование нагрузки и отдыха).
- ✓ Принцип наглядности (заключается в создании у ребёнка с помощью различных органов чувств, представление о движении).
- ✓ Принцип доступности (обучение детей с учётом возрастных, половых особенностей и индивидуальных различий, уровня физической подготовленности; постепенность усложнения физических упражнений).
- ✓ Принцип индивидуализации (учитываются индивидуальные особенности каждого ребёнка с учётом состояния здоровья, развития, нагрузки).
- ✓ Принцип оздоровительной направленности (укрепление здоровья средствами физического воспитания).
- ✓ Принцип творческой направленности (ребёнок самостоятельно создаёт новые движения, основанные на использовании его двигательного опыта и наличия мотива, побуждающего к творческой деятельности).

### **1.4. Нормативно-правовая база**

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими документами:

- ✓ Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ
- ✓ Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного

образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г. № 30384)

- ✓ Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- ✓ Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2013 № 30038);
- ✓ Устав МБДОУ «Колокольчик»

### **1.5. Возрастные и индивидуальные особенности (3-4 года).**

*Младший дошкольный возраст* – важнейший период в развитии дошкольника, который характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В это время происходит переход ребенка к новым отношениям с взрослыми, сверстниками, предметным миром.

Психологи обращают внимание на «*кризис трех лет*», когда младший дошкольник, еще недавно такой покладистый, начинает проявлять нетерпимость к опеке взрослого, стремление настоять на своем требовании, упорство в осуществлении своих целей. Это свидетельствует о том, что прежний тип взаимоотношений взрослого и ребенка должен быть изменен в направлении предоставления дошкольнику большей самостоятельности и обогащения его деятельности новым содержанием. Если же новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, то возникают собственно кризисные явления в системе ребенок – взрослый, что проявляется в капризах, упрямстве, строптивости, своеволии по отношению к взрослым (в контакте со сверстниками этого не происходит).

Характерное для младшего дошкольника требование «*я сам*» отражает прежде всего появление у него новой потребности в самостоятельных действиях, а не фактический уровень возможностей. Поэтому задача взрослого – поддержать стремление к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать его веру в собственные силы, высказывая нетерпения по поводу его медленных и неумелых действий. Необходимо помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности (Я – молодец!).

Самостоятельность формируется у младшего дошкольника в совместной деятельности со взрослыми и непосредственно в личном опыте. В совместной деятельности воспитатель помогает ребенку освоить новые способы и приемы действий, показывает пример поведения и

отношения. Он постепенно расширяет область самостоятельных действий ребенка с учетом его растущих возможностей и своей положительной оценкой усиливает стремление без помощи взрослого добиться лучшего результата.

*Игра – любимая деятельность младших дошкольников.* Продолжает усложняться и развиваться творческая ролевая игра. В связи с возникновением разнообразных форм совместных игр создаются благоприятные условия для коллективных взаимоотношений детей.

В этом возрасте ребенок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он еще не заботится о результатах своих действий, поглощен самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают все более преднамеренный характер. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребенок может соблюдать определенную их последовательность.

*Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания.* Ребенок более сознательно следит за педагогом, когда он дает образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.

К концу 4-го года у ребенка уже имеется довольно большой и прочный запас разнообразных движений и их сочетаний, который обуславливает свободу самостоятельных действий и уверенность в себе. Это позволяет перейти к работе над качественной стороной движений, а также заботиться о развитии ловкости.

## **1.6 Планируемы результаты:**

- ✓ Владеет соответствующими возрасту основным движениями.
- ✓ Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
- ✓ Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.
- ✓ Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).
- ✓ Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры.
- ✓ Самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.
- ✓ Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни

## II. Содержательный раздел

2.1. Описание особенностей образовательной деятельности с детьми группы по образовательной области «Физическое развитие» в соответствии с образовательной программой и примерной общеобразовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы»/ Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой).

«Физическая культура .Вторая младшая группа»-автор Пензулаева Л.И.

### Условия реализации:

- ✓ Специальным образом, созданная предметно-пространственная среда в группе, организованная в музыкальном зале виде разграниченных зон оснащенная развивающими материалами;
- ✓ Организация образовательного процесса предполагает проведение физкультурных занятий: 2 занятия в помещении и одно на свежем воздухе каждой возрастной группе соответственно требованиям СанПиН 2.4.1.304913.

### Объем учебной нагрузки:

Возрастные группы	2-я младшая группа
Длительность занятия	15
Количество в неделю	3
Общее время в минутах	45

- ✓ совместную деятельность педагога с детьми;
- ✓ самостоятельную деятельность детей;
- ✓ конструктивное взаимодействие с семьей.
- ✓ проведение контрольной диагностики проводится в начале и конце учебного года.
- ✓ проведение контрольной диагностики проводится в начале и конце учебного года.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
2 МЛАДШАЯ ГРУППА**

Дата проведения	№ Занятия,	Объём часов
	Занятие 1..Страница 23	3
	Занятие 2. Страница 24.	3
	Занятие 3. Страница 25.	3
	Занятие 4. Страница 26	3
	Занятие 5. Страница 28	3
	Занятие 6. Страница 29	3
	Занятие 7.Страница 30	3
	Занятие 8.Страница 31	3
	Занятие 9. Страница 33	3
	Занятие 10.Страница 34.	3
	Занятие 11. Страница 35	3
	Занятие 12. Страница 37	3
	Занятие 13.Страница 38	3
	Занятие 14.Страница 40	3
	Занятие 15.Страница 41	3
	Занятие 16.Страница 42	3
	Занятие 17.Страница 43	3
	Занятие 18.Страница 45	3
	Занятие 19.Страница 46	3
	Занятие 20.Страница 47	3
	Занятие 21.Страница 50	3
	Занятие 22.Страница 51	3



	Занятие 23.Страница 52.	3
	Занятие 24.Страница 53	3
	Занятие 25.Страница 54	3
	Занятие 26.Страница 56	3
	Занятие 27.Страница 57	3
	Занятие 28.Страница 58	3
	Занятие 29.Страница 60	3
	Занятие 30.Страница 61	3
	Занятие 31.Страница 62	3
	Занятие 32.Страница 63	3
	Занятие 33.Страница 65	3
	Занятие 34.Страница 66	3
	Занятие 35.Страница 67	3
		Итого 105 часов

## 2.2. Особенности сотрудничества с семьями воспитанников (перспективный план взаимодействия с родителями).

### III. Организационный раздел

#### 3.1. Режим пребывания детей

<b>Режим дня Возраст</b>	<b>3-4 года</b>
Прием , осмотр , игры. Утренняя гимнастика	7.30-8.20
Подготовка к завтраку .Завтрак	8.30-8.55
Игры, подготовка к занятиям.	8.55-9.00
Занятия	9.00-10.00
Игры, подготовка к прогулке. Прогулка (игры , наблюдения, труд).	10.00-11.50
Возращение с прогулки .Игры	11.50
Подготовка к обеду. Обед	12.00.-12.20
Подготовка ко сну Дневной сон	12.20-15.00
Постепенный подъем, воздушно-водные процедуры, игры	15.00-15.25
Подготовка к полднику. Полдник.	15.25-15.50
Занятия, игры, самостоятельная деятельность детей , труд	15.50-16.30
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.30-17.30
Уход домой	17.30

<b>Образовательная деятельность в ходе режимных моментов</b>	
<b>2 Младшая группа</b>	
Утренняя гимнастика	ежедневно
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно
Гигиенические процедуры	ежедневно
Ситуативные беседы при проведении режимных моментов	ежедневно
Чтение художественной литературы	ежедневно
Прогулки	ежедневно
<b>Самостоятельная деятельность детей</b>	
Игра	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей в центрах (уголках) развития	ежедневно

### 3.2.Расписание занятий

Дни недели	2 младшая группа №1
Понедельник	9.25 Физкультура в помещении
Вторник	10.30 Физкультура свежий воздух
Четверг	9.25 Физкультура в помещении

### 3.3. Лист здоровья воспитанников

№ п/п	Ф.И ребенка	Группа здоровья		Рост		Вес		Окружность груди		Окружность ГОЛОВЫ	
		н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г

3.4. Социальный паспорт группы  
**Социальный паспорт 2 младшей группы**

№	Фамилия, имя ребенка	Дата рождения
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		

### 3.5. Двигательный режим

#### Двигательный режим во второй младшей группе

№	Формы работы с детьми	Дозировка	Время за неделю
1.	Утренняя гимнастика	6 мин * 5 дней	30 мин
2.	Физкультминутки	2 мин * 5 дней	10 мин
3.	Динамические перемены	10 мин * 5 дней	50 мин
4.	Подвижные игры на прогулке	15 мин * 5 дней	1 ч 15 мин
5.	Упражнения после сна на осанку и профилактику плоскостопия. Дыхательная гимнастика	8 мин * 5 дней	40 мин
6.	Дозированная ходьба	5 мин * 5 дней	25 мин
7.	Индивидуальная работа с подгруппами на прогулке	10 мин * 5 дней	50 мин
8.	Непосредственно образовательная деятельность (ОО «Физическая культура»)	15 мин * 3 раза	45 мин
	Непосредственно образовательная деятельность (ОО «Музыка»)	15 мин * 2 раза	30 мин
9.	Самостоятельная игровая деятельность	30 мин * 5 дней	2ч30 мин
10.	Физкультурный досуг	30 мин * 1 раз в мес.	
11.	Физкультурный праздник	45 мин * 2 раза в год	
<b>ВСЕГО за неделю</b>			<b>7 ч 55 мин</b>

### 3.6. Традиции группы (с включением культурно-досуговой деятельности)

Мероприятие	Сроки проведения
Утренняя зарядка	ежедневно
День здоровья	1 раз в квартал
Папа,мама, я- дружная семья	1 раз в год
Совместные пешие прогулки и походы	1 раз в квартал
Спортивные праздники, развлечения	ежемесячно

#### Планирование событий, праздников, мероприятий

Месяц	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Сентябрь	«В гости к солнышку»	«Усатый полосатый»	Поход - экскурсия на Золотую Сопку «Осень просим»	Поход -экскурсия на Золотую Сопку «Осень просим»
Октябрь	«Мишка на прогулке»	«Праздник мыльных пузырей и резиновых мячей»	«Весёлые старты» соревнования между детьми старших групп	«Весёлые старты» Со студентами педагогического колледжа
Ноябрь	<b>Неделя здоровья</b>			
Декабрь	«Любят маленькие детки веселиться и плясать»	«Дед, баба и колобок»	«Веселье с Петрушкой»на свежем воздухе	«Город физкультурный».
Январь	<b>Неделя здоровья</b>			
Февраль	«Весёлые самолёты»- тематическое занятие	«Бравые солдаты»	«Мама, папа и я- спортивная семья»- с родителями	«А ну-ка, папы»- с родителями



Март	«Маша-растеряша»	«Волк и семеро козлят»	«Колобок»	«Весёлые старты»
Апрель	<b>Неделя здоровья</b>			
Май	«Мы едем, едем в далёкие края»	«Кот, петух и лиса»	«Весёлые старты»	«Мы любим спорт»

### 3.7. Программно-методическое обеспечение образовательного процесса

1. От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования / под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. - М.: 2015.
2. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия с детьми 3-4 года » М.: Мозаика-Синтез,2014.
3. Пензулаева Л.И. «Сборник подвижных игр» 3-5 лет. М., 2014
4. Серия наглядно-дидактических пособий «Рассказы по картинкам» М.: Мозаика-Синтез,2004
  - Зимние виды спорта.
  - Летние виды спорта.
5. Серия наглядно-дидактических пособий «Мир в картинках» М.: Мозаика-Синтез,2003- Спортивный инвентарь.

### 3.8. Организация предметно-пространственной среды (в том числе материально-техническое обеспечение)

<b>№</b>	<b>Наименование оборудования</b>	<b>Количество</b>
1	Шведская стенка	2штуки
2	Веревочная лесенка	1штука
3	Канат	1штука
4	Гимнастические скамейки	2штуки
5	Мячи большие	25 штук
6	Мячи средние	25 штук
7	Набор «На старт»: Держатели для обручей - 6 шт., гимнастические палки (1 м) - 12 шт., эстафетные палочки – 12 шт., держатели гимнастических палок – 12 шт., блинчики – 12 шт., сумка -1шт., комплект геометрических фигур – 2 шт., следочки (цыпочки, пяточки) – 36 шт., комплект цифр – 1 шт., шары, диаметр 8 см – 12 шт., канаты (6м) - 2 шт., скакалки - 12 шт., обручи – 6 шт. ,прыгалки - 12 штук	1шт
8	Тоннели складные	2штуки
9	Гусеница тоннель	1 штука
10	Сенсорной мяч	1штука
11	Деревянные лошадки	9 штук /фабричные/+ 4 самодельные
12	Стойка для прыжков регулируемая	1штука
13	Маты дерматиновые желтые	2штуки

14	Мат пятнистый	1 штука
15	Баскетбольная стойка	1 штука
16	Тактильная дорожка	1 штука
17	Палки зеленые большие	40 штук
18	Палки синие маленькие	17 штук
19	Дуги	4 штуки
20	Обручи алюминиевые	8 штук
21	Обручи пластмассовые	4 штуки
22	Прыгалки	10 штук
23	<b>Тренажеры</b>	
23.1	Беговая дорожка	1 штука
23.2	Батут индивидуальный	1 штука
23.3	Силовой со штангой	1 штука
24.3	Гребля	1 штука
24	Шахматная доска с шашками напольная	1 штука
25	Корзинки плетенные	2 штуки
26	Конусные стойки	10 штук
27	Индивидуальные коврики	11 штук
28	Корзина под мячи	2 штуки
29	Полка под мячи деревянная	1 штука
30	Мешочки для метания	14 штук
31	Музыкальный центр	1 штука
32	Интерактивная доска	1 штука

