

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №31 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности
по познавательно-речевому развитию детей
Кировского района г. Санкт-Петербурга

«Согласована»
Решением педагогического совета
Протокол № 1 от 30.08.2021г.

«Утверждена»
Приказом № 120-ОД от 30.08.2021г.
Заведующий ГБДОУ №31
М.Е.Потрашкова _____

Рабочая программа физического развития

Младший дошкольный возраст

Срок реализации программы 2021/2022 учебный год.

Инструктор по
физическому развитию: Карташева Л.Н.

Санкт - Петербург

Содержание

1. Целевой раздел	
Пояснительная записка.....	стр.3
2. Содержательный раздел	
Содержание образовательной работы с детьми.....	стр.5
Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования.....	стр.11
Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.....	стр.11
3. Организационный раздел программы	
Структура организации образовательной деятельности.....	стр.13
Организация развивающей ППС зала.....	стр.14
Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.).....	стр.15
Приложение №1	
Учебный план непрерывной образовательной деятельности.....	стр.16
Приложение №2	
Расписание непрерывной образовательной деятельности.....	стр.17

1. Целевой раздел рабочей программы
Пояснительная записка

Цель	-реализация содержания основной образовательной программы дошкольного образования
Задачи	<p>-формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни;</p> <p>-сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления;</p> <p>-обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, формирование правильной осанки;</p> <p>-формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности;</p> <p>-развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной деятельности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений;</p> <p>-развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.</p>
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	<p>1. Принцип построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования;</p> <p>2. Содействия и сотрудничества детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;</p> <p>3. Принцип поддержки инициативы детей в различных видах деятельности;</p> <p>4 Принцип соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития;</p> <p>5. Личностно-ориентированный подход – это методическая ориентация в педагогической деятельности, позволяющая обеспечивать и поддерживать процессы самопознания и самореализации личности ребенка.</p>

Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей(группы)	3-4-летний ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. Физически развит: умеет ходить прямо, сохраняя заданное воспитателем направление, бегать, в различном направлении и темпе; ползать на четвереньках; энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах; катает мяч в заданном направлении; метает предметы правой и левой рукой; пользуется физкультурным оборудованием вне занятий. Проявляет доброжелательность, доброту по отношению к окружающим, откликается на эмоции окружающих, имеет первичные гендерные представления, способен преодолеть небольшие трудности; соблюдать элементарные правила поведения в детском саду.
Основания разработки рабочей программы	-Образовательная программа дошкольного образования ДОУ
Срок реализации рабочей программы	2021-2022 учебный год (Сентябрь 2021 -Август 2022 года)
Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы	-у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды (бег, лазание, перешагивание и пр.); - с интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.

2.Содержательный раздел рабочей программы

Содержание образовательной работы с детьми

Месяц (или квартал)		Темы\ направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы (занятия , проекты и др.)
IX-2021г	Социально-коммуникативное развитие		Способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры в которых развиваются навыки лазания,	

			ползания, игры с мячами, продолжать знакомить с элементарными правилами поведения в детском саду, дружелюбно обращаться друг с другом.	
	Физическое развитие		Передвигаться ходьбой и бегом в заданном направлении, умение сохранять равновесие, ознакомить с прыжками на двух ногах, ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени.	занятия
X-2021г.	Социально-коммуникативное		Развивать активность детей в двигательной деятельности, умение спокойно общаться, без крика. Соблюдать правила безопасности в детском саду.	
	Физическое развитие		Учить ходить и бегать по кругу, развивать устойчивое положение при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры, развивать навык энергичного отталкивания мячей при прокатывании друг другу	занятия
XI - 2021г.	Социально-коммуникативное развитие		Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, помогать детям посредством речи налаживать контакты друг с другом	
	Физическое развитие		Закреплять навыки ходьбы и бега в колонне и по одному с выполнением заданий по сигналу, в чередовании бега и ходьбы, упражнять в прыжках из обруча в	занятия

			обруч, в бросании ловле мяча.	
XII - 2021г.	Социально-коммуникативное развитие		Постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, продолжать знакомить с правилами поведения в детском саду, развивать диалогическую форму речи.	
	Физическое развитие		Учить ходить и бегать в рассыпную с использованием всей площади, по кругу, между предметами, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в ползании под дугу.	занятия
I-2022г.	Социально-коммуникативное развитие		Закреплять навыки ходьбы и бега в колонне и по одному с выполнением заданий по сигналу, в чередовании бега и ходьбы, упражнять в прыжках из обруча в обруч, в бросании и ловле мяча, развивать инициативную речь детей во взаимодействиях со взрослыми и сверстниками.	
	Физическое развитие		Ознакомить в построении и ходьбе парами, упражнять в ходьбе и беге в рассыпную, учить плавно приземляться на полусогнутые ноги,	занятия

			упражнять в прокатывании мяча вокруг предмета, развивать глазомер, ловкость и выполнять правила в подвижных играх.	
II-2022г.	Социально-коммуникативное развитие		Развивать умение детей соблюдать в совместных играх правила, поощрять игры, в которых лазания, ползания; игры с мячами; продолжать знакомить с элементарными правилами поведения в детском саду; дружелюбно обращаться друг с другом, вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего	
	Физическое развитие		Упражнять в ходьбе занятия развитие и беге с выполнением заданий по сигналу, энергично отталкивать мяч в прямом направлении; упражнять в перешагивании через предметы, закреплять навыки ходьбы через рейки лестницы	занятия

III-2022г.	Социально-коммуникативное развитие		Развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, формировать первичные гендерные	
------------	------------------------------------	--	--	--

			представления; потребность делиться своими впечатлениями с родителями и воспитателями	
--	--	--	--	--

	Физическое развитие		Учить прыжкам в длину с места, правильному хвату за рейки при лазании; упражнять в ходьбе парами; беге враспынную, развивать ловкость при прокатывании мяча, разучить бросание мяча о землю и ловлю мяча двумя руками, сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке.	занятия
IV-2022г.	Социально-коммуникативное развитие		Постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой Движений, формировать уважительное отношение к Окружающим; продолжать развивать и обогащать словарный запас; продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения.	

	Физическое развитие		Учить приземляться на обе ноги; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; влезать на наклонную лестницу; упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу инструктора, формировать правильную осанку; учить ходить приставными шагами вперед.	занятия
--	---------------------	--	---	---------

V-2022г.	Социально-коммуникативное развитие		Развивать активность; продолжать знакомить с элементарными правилами поведения в детском саду; дружелюбно обращаться друг с другом, вести диалог с педагогом; не разговаривать с незнакомыми людьми; сообщить воспитателю о появлении незнакомого человека на участке.	
	Физическое развитие		Учить мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ползании по скамейке с опорой на ладони и колени, закреплять умение влезать на наклонную лестницу.	занятия

Летний период 2022	Социально-коммуникативное развитие		Продолжать знакомить с элементарными правилами поведения в детском саду; дружелюбно обращаться друг с другом, вести диалог с педагогом; не разговаривать с незнакомыми людьми; сообщить воспитателю о появлении незнакомого человека на участке	
	Физическое развитие		Продолжать развивать двигательные умения и навыки детей.	занятия

Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования

Система мониторинга в соответствии с ФГОС ДО осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений детей, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений в соответствии с реализуемой образовательной программой дошкольного образования

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в контексте образовательных областей: "Физическое развитие"	-Наблюдение	2 раза в год	1-2 недели	Сентябрь- Май

Организация и формы взаимодействия с родителями (законным представителями)
воспитанников

Месяц	Темы	Формы работы	Дополнительная информация
IX-2021г.	Двигательная активность детей дома. Знакомство родителей с физкультурным залом ДОУ.	Беседа, анкетирование. Родительское собрание	
X-2021г.	«Меры профилактики ОРЗ, ОРВИ, пневмонии»	Консультация с участием медработника	Сообщение на тему: «Спортивный уголок в семье. Утренняя гимнастика в выходные дни».
XI-2021г.	«Береги свои ушки»	Встреча по заявкам с участием учителя-логопеда Консультация	Игры на развитие слуха. Чем они могут помочь?
XII-2021г.	«Развитие функции равновесия – как основа предупреждения травматизма»	Консультация Мастер-класс: физкультурный уголок дома (нетрадиционные пособия)	«Двигательный режим для дошкольника и его значение в укреплении здоровья в период зимних каникул»
I-2022г.	«Зимние забавы»	Физкультурный праздник на улице	
II-2022г.	«Меры профилактики ОРВИ в весенний период года »	Консультация с использованием различных гимнастик (дыхательной, пальчиковой)	
III-2022г.	«Веселые матрешки» (использование русских народных игр)	Открытое физкультурное занятие	
IV-2022г.	«Использование естественных препятствий для развития движений и ловкости на прогулках»	Неделя здоровья «От удовольствия к привычке, от привычки к потребности». Общефизическая подготовка.	

V-2022г.	«Путешествие на весеннюю полянку»	Совместный спортивный досуг	
Летний период 2022 г	Организации двигательной активности детей в период теплого времени года	Консультация «Безопасность детей дошкольного возраста на спортивной площадке в летний оздоровительный период»	

3. Организационный раздел рабочей программы.

Структура организации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка
-НОД -занятия -образовательные проекты праздники развлечения тематические беседы	Создание условий для самостоятельной деятельности детей в режимных моментах, на прогулке. Оказание недирективной помощи воспитанникам	Игровая деятельность, Коммуникативная деятельность Музыкальная деятельность (Двигательная деятельность)	Разрабатывается с учетом результатов педагогической диагностики, фиксируется в листах индивидуальной работы

Организация развивающей предметно - пространственной среды группы

Образовательная область	Формы организации (уголки, центры, пространства и др.)	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды группы	
		Содержание	Срок (месяц)
Физическое развитие		Обновление картотеки физкультминуток	сентябрь

	Подбор картотеки игр с мелким инвентарем (развитие мелкой моторики)	октябрь
--	---	---------

	Подбор комплекса гимнастики для развития слуха	ноябрь
	Изготовление нетрадиционных пособий для праздника «Зимние забавы»	декабрь
	Подбор картотеки малоподвижных игр	январь
	Изготовление атрибутов-инвентаря к занятию «Веселые матрешки».	февраль
	Подбор картотеки утренней гимнастики	март
	Подбор картотеки игр к занятию «Путешествие на весеннюю поляну»	апрель
	Подбор подвижных игр для детей на спортивной площадке	май
	Изготовление поделок для игр с водой	лето

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
	<p>Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка.</p> <p>Фирилева Ж.Е, Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе». Оздоровительно-развивающая программа по танцевально-игровой гимнастике для дошкольных учреждений.</p> <p>Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду.Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Рунова М. А. Физкультурное испортивно-игровое оборудование длядошкольных образовательных учреждений.</p> <p>Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду.(вторая младшая, средняя, старшая группа)</p> <p>Щербак А. П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении.</p> <p>Шебеко В. Н., Ермак Н. Н.Физкультурные праздники в детском саду.</p> <p>Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5–7 лет.</p> <p>Л.Д. Глазырина «Физическая культура – дошкольникам. Младший возраст».</p> <p>Л.Д. Глазырина «Физическая культура – дошкольникам. Старший возраст».</p> <p>О.М. Литвинова «Физкультурные занятия в детском саду»</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7лет.</p> <p>Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду / под ред. Т. С. Яковлевой.</p> <p>Доскин В. А., Голубева Л. Г. Растем здоровыми.</p> <p>Кудрявцев В. Т., Егоров Б. Б. Развивающая педагогика оздоровления.</p> <p>В.И. Орел, С.Н. Агаджанова «Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях».</p> <p>С.О. Филиппова «Педагогический и медицинский контрольздоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями»</p> <p>Е.И. Вавилова «Укрепляйте здоровье детей»Зайцев</p> <p>Г. «Уроки Мойдодыра».</p> <p>В.И. Ковалько «Азбука физкультминуток для дошкольников»</p> <p>М.Д. Маханева «Воспитание здорового ребенка»Т.Ф.Саулина «Здоровый дошкольник»</p>

Учебный план

непрерывной образовательной деятельности на 2021-2022 учебный год

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки обучающихся в ДОУ (непрерывная образовательная деятельность- далее- НОД) (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 №32 "Об утверждении СП 2.4.3648-20 СанПиН 1.2.3685-21)

Возраст детей, группа	Продолжительность одной формы НОД	Максимально допустимый объем образовательной нагрузки (в день) в первую половину дня	Максимально допустимый объем образовательной нагрузки (в день) во вторую половину дня	Перерывы между формами НОД, занятиями
Младший дошкольный возраст (от 3 до 4 лет)	15 мин	15 мин	15 мин	Не менее 10 мин.

Примечание: В середине непрерывной образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня.

Количество и длительность форм непрерывной образовательной деятельности в неделю

Образовательные области	Физическое развитие Общее количество форм НОД в неделю	Общая образовательная нагрузка в неделю
Количество НОД, занятий в неделю	3	45 мин.

Расписание непрерывной образовательной деятельности
на 2021-2022 учебный год

Понедельник	Вторник	Среда физкультурный досуг 1 раз в месяц	Четверг	Пятница
9.00-9.15-5мл.гр 9.25-9.45-9ср.гр 9.55-10.20-8стар.гр 10.30-11.00-7пг.гр	9.00-9.15-4мл.гр 9.25-9.45-10ср.гр 9.55-10.20-6стар.гр 10.30-11.00-11пг.гр	1-я неделя 9.00-5мл 9.30-4мл 2-я неделя 9.00-9ср 9.30-10ср 3-я неделя 9.00-8стар 9.35-6стар 4-я неделя 9.00-7под 9.35-11под	9.00-9.15-5мл 9.30-9.50-9ср 10.00-10.25-8стар 10.35-11.00-7 под	9.00-9.15-4мл 9.30-9.50-10ср 10.00-10.25-6стар 10.35-11.00-11 под
Физкультура на улице				
11.20-11.35-4мл 11.45-12.10-6стар	11.20-11.40-9ср 11.50-12.20-7под		11.20-11.40-10ср 11.30-12.00-11под	11.20-11.35-5мл 11.45-12.10-8стар