

Калининградская область
МО «Славский муниципальный округ Калининградской области»
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Ясновская средняя общеобразовательная школа»
имени адмирала Владимира Григорьевича Егорова

Рассмотрено
Педагогическим советом
МАОУ «Ясновская СОШ»
имени адмирала В.Г. Егорова
Протокол № 1 от 30.08.2023 г



Утверждаю:
Директор школы

И.В. Коробова
Приказ № 101/«30» 08 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ООП ДО
по образовательной области «Физическое развитие»
Физическое развитие для детей 1 год обучения
(2 - 3 года)

Разработчик:
инструктор по физической культуре
Дзюценидзе Виктория Викторовна

п. Ясное

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая рабочая программа по образовательной области «Физическое развитие» физическое развитие разработана на основе основной общеобразовательной программы образовательного учреждения, в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие» (Физическое развитие) для детей 1 года обучения (группы общеразвивающей направленности от 2 до 3 лет) и направлена на сохранение, укрепление и охрану здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления. Обеспечение гармоничного физического развития; совершенствование умений и навыков в основных видах движений, формирование правильной осанки. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх, физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- с ФГОС дошкольного образования (утв. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155);

- с Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования (утв. приказом Министерства просвещения РФ от 31.07.2020 г. № 373);

- с Федеральной образовательной программой дошкольного образования (утв. приказом Минпросвещения РФ от 25.11.2022 г. № 1028);

- с основной образовательной программой образовательного учреждения

- Уставом ОУ

Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие» для детей первого года обучения (от 2 до 3 лет) и обеспечивает их развитие с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, на основе единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса обучения.

Рабочая программа интегрирована с другими образовательными областями:

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие.

Физическая культура включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег

мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Содержание программы направлено на развитие двигательной сферы ребенка и обеспечение его эмоционального благополучия.

Методы:

- показ, наблюдение, упражнение, имитация, игра.

Основная форма реализации данной программы – ООД - 3 раза в неделю по 10 минут, совместная деятельность.

2. ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.

Физическая культура

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Учить 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.

Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.

Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание).

Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ

Планируемые результаты базируются на целевых ориентирах в раннем возрасте.

- У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.).
- С интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.
- Проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им. Умеет играть рядом со сверстниками, не мешая им.
- Проявляет интерес к совместным играм небольшими группами.
- Сформирована потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Сформированы начальные представления о здоровом образе жизни.

Физическое развитие 2-3 года

№ ООД	Тема образовательной ситуации	Общее количес тво учебных часов	Методические материалы
1	Занятие №1 Прыжки на двух ногах на месте	1	С.Ю.Фёдорова, «Планы физкультурных занятий» 2-3 года стр.27
2	Занятие №2 Прыжки на двух ногах на месте с хлопками	2	стр.27
3	Занятие №3 Катание мяча двумя руками воспитателю	1	стр.28
4	Занятие №4 Катание шаров двумя руками друг другу	2	стр.28
5	Занятие №5 Проползание в вертикально стоящий обруч за игрушкой	1	стр.29
6	Занятие №6 Проползание в воротца	2	стр.29
7	Занятие №7 Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребёнка	1	стр.29
8	Занятие №8 Прыжки на двух ногах на месте и слегка продвигаясь вперёд	2	стр.30
9	Занятие №9 Подползание под верёвку	1	стр.32
10	Занятие №10 Подползание под дугу	2	стр.33
11	Занятие №11 Прокатывание мяча под дугу и проползание за ним	1	стр.33
12	Занятие №12 Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки	2	стр.34
13	Занятие №13 Подползание под верёвку, приподнятую на 50см от пола, за впереди стоящей игрушкой	1	стр.34
14	Занятие №14 Подползание под скамейку	2	стр.35
15	Занятие №15	1	стр.35

	Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребёнка, сопровождающееся небольшим продвижением вперёд		
16	Занятие №16 Проползание в вертикально стоящий обруч	2	стр.36
17	Занятие №17 Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд (от одной игрушки к другой)	1	стр. 38
18	Занятие №18 Прыжки на двух ногах на месте с мячом в руках	2	стр.39
19	Занятие №19 Подползание под две скамейки, стоящие рядом	1	стр 39
20	Занятие №20 Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу	2	стр.39
21	Занятие №21 Перепрыгивание через верёвку на двух ногах	1	стр.40
22	Занятие №22 Подпрыгивание до погремушек, висящих выше поднятых рук ребёнка	2	стр.40
23	Занятие №23 Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами	1	стр.41
24	Занятие №24 Проползание в вертикально стоящий обруч	2	стр.41
25	Занятие №25 Перепрыгивание через линию, верёвку, лежащую на полу	1	стр. 44
26	Занятие №26 Скатывание мяча с горки	2	стр.44
27	Занятие №27 Перелезание через валик	1	стр.45
28	Занятие №28 Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперёд с хлопками	2	стр.45
29	Занятие №29 Прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю	1	стр.46
30	Занятие №30 Проползание в воротца	2	стр.46

31	Занятие №31 Подползание под скамейку	1	стр.47
32	Занятие №32 Прыжки на двух ногах на месте и продвигаясь вперёд	2	стр.47
33	Занятие №33 Перелезание через валик	1	стр.49
34	Занятие №34 Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу	2	стр. 50
35	Занятие №35 Перепрыгивание через верёвку, лежащую на полу	1	стр.50
36	Занятие №36 Ловля мяча, брошенного воспитателем	2	стр.51
37	Занятие №37 Подползание под верёвку, сопровождающееся захватом стоящей впереди игрушки	1	стр.51
38	Занятие №38 Перебрасывание малого мяча через ленту, натянутую на уровне груди ребёнка	2	стр.52
39	Занятие №39 Подползание под скамейку	1	стр.52
40	Занятие №40 Перепрыгивание через верёвку, лежащую на полу	2	стр.53
41	Занятие №41 Проползание в два вертикально стоящих обруча	1	стр.55
42	Занятие №42 Прыжки на двух ногах с мячом в руках	2	стр.56
43	Занятие №43 Ловля мяча, брошенного воспитателем	1	стр.56
44	Занятие №44 Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50см от пола	2	стр.57
45	Занятие №45 Перепрыгивание через верёвочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах	1	стр.57
46	Занятие №46 Бросание мяча двумя руками снизу	2	стр.58
47	Занятие №47 Прокатывание мяча двумя руками и одной	1	стр.58

	рукой друг другу, между предметами		
48	Занятие №48 Подползание под верёвку	2	стр.59
49	Занятие №49 Проползание заданного расстояния	1	стр.61
50	Занятие №50 Прыжки на двух ногах с места как можно дальше	2	стр.61
51	Занятие №51 Перелезание через бревно	1	стр.62
52	Занятие №52 Прокатывание мячей друг другу в произвольном направлении	2	стр.62
53	Занятие №53 Прыжки на двух ногах как можно дальше	1	стр.63
54	Занятие №54 Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой поочередно) воспитателю	2	стр.63
55	Занятие №55 Перепрыгивание через верёвочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах	2	стр.64
56	Занятие №56 Бросание мяча двумя руками в паре с воспитателем	2	стр.64
57	Занятие №57 Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребёнка	1	стр.67
58	Занятие №58 Подползание под дугу	2	стр.67
59	Занятие №59 Прокатывание мяча между предметами	1	стр.68
60	Занятие №60 Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребёнка	2	стр.68
61	Занятие №61 Подползание под верёвку (высота 30-40см) с захватом впереди стоящей игрушки	1	стр.69
62	Занятие №62 Перепрыгивание через две параллельные линии	2	стр.69
63	Занятие №63 Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами	1	стр.70
64	Занятие №64 Проползание в вертикально стоящий обруч	2	стр.70
65	Занятие №65	1	стр.73

	Прыжки с продвижением вперёд (от игрушки к игрушке)		
66	Занятие №66 Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой поочередно) между двумя игрушками	2	стр.73
67	Занятие №67 Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребёнка, слегка продвигаясь вперёд	1	стр.74
68	Занятие №68 Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50см от пола	2	стр.74
69	Занятие №69 Перелезание через бревно	1	стр.75
70	Занятие №70 Перепрыгивание через верёвку, лежащую на полу	2	стр.75
71	Занятие №71 Прокатывание мяча под дугой поочередно правой и левой рукой	1	стр.76
72	Занятие №72 Прыжки с места на двух ногах до зрительного ориентира	2	стр.76
	Итого	108	

Итого:108 Од * 10 мин = 1080/60 мин = 18 ч

5. ОБЕСПЕЧЕННОСТЬ МЕТОДИЧЕСКИМИ МАТЕРИАЛАМИ И СРЕДСТВАМИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

Методические пособия

1. 1 . Н. Е. Веракса, Т. С. Комарова, М. А. Васильева «От рождения до школы. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования» - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. – 368 с.
- 3 . Т. Е. Харченко «Утренняя гимнастика в детском саду» - М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2016. – 104с.
4. Н. Ф. Губанова «Развитие игровой деятельности. Вторая группа раннего возраста» -М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 128с.
5. С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Вторая группа раннего возраста.» 2019 г.

Средства обучения

Наглядно-дидактические пособия

Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь», «Виды спорта», «Режим дня».

Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Культурно-гигиенические навыки».

Картотека

- «Подвижные игры для малышей»
- «Комплексы утренней гимнастики для детей 2-3 лет»
- «Народные игры с правилами»
- «Игровые упражнения для малышей»
- «Дидактические игры по физическому развитию»

Игровое оборудование: мячи, шары, обручи, воротца, верёвка, дуга, игрушки, скамейки, погремушки, валик, ленты, гимнастические палки, бревно, кегли.