

Структурное подразделение МБОУ «Енисейская СОШ»  
«Енисейский детский сад «Колобок»

ПРИНЯТО:  
на педагогическом совете  
структурного подразделения  
МБОУ «Енисейская СОШ»  
Протокол № 3 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ «Енисейская СОШ»  
Мякишев Е.Н.  
Приказ № 32-П от 31.08.2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ  
(МЛАДШАЯ ГРУППА)  
СТРУКТУРНОГО ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО  
БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
«ЕНИСЕЙСКАЯ СОШ» «ЕНИСЕЙСКИЙ ДЕТСКИЙ САД  
«КОЛОБОК»**

Срок реализации программы 1 год (2023-2024)

Разработчики программы:  
воспитатели  
Калина Татьяна Васильевна  
Щербакова Марина Анатольевна

с. Енисейское - 2023

## **Содержание**

Раздел 1. Пояснительная записка.....	3
Раздел 2. Календарно-тематическое планирование (3-4года).....	5
Раздел 3. Учебно-методический комплекс.....	8

## Раздел 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по реализации образовательной области «Физическое развитие» разработана в соответствии с Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г № 1155 «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования» и основной образовательной программы дошкольного образования, разработанной структурным подразделением МБОУ «Енисейская СОШ» Енисейский детский сад «Колобок» с учетом Основной образовательной программы «От рождения до школы» под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой.

Содержание образовательной области «Художественно-эстетическое развитие» в рабочей программе предполагает:

- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
- Физическая культура.

### Основные цели и задачи:

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

Физическое развитие 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 наносящем 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.).

Образовательная деятельность по образовательной области «Физическое развитие» проходит с интеграцией с другими областями развития такими как: «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Познавательное развитие». Образовательная область «Физическое развитие» в нее включена организованная образовательная деятельность по следующим дисциплинам:

- физическая культура в помещении (занятия в младшей группе проводятся в помещении два раза в неделю)
- физическая культура на прогулке (каждое второе занятие в неделю, обозначенное звездочкой (\*), аналогично предыдущему. Предлагаются лишь изменения в основных движениях. По своему усмотрению педагог может вносить дополнения в различные части занятия, в том числе и свои варианты подвижных игр.

**Форма деятельности:** организованная образовательная деятельность

**Категория:** дети 3-4 года. **Срок освоения:** 1 год

**Объем времени:**

<b>Образовательная область</b>	<b>Возрастная группа</b>	<b>Вид образовательной деятельности</b>	<b>Час/неделя</b>	<b>Час/год</b>
Физическое развитие	Младшая группа (3-4 года)	Физическая культура	2	76
		Физическая культура на воздухе	1	38

## Раздел 2. Календарно-тематическое планирование

### 2.1. Младшая группа (3-4 года)

Месяц	Тема недели	№ занятия	Программное содержание	Кол час	Стр
<b>Сентябрь</b>	1. До свидания, лето, здравствуй, детский сад!.	1	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	3*	стр.23
	2. Семья. 3. Осень. 4. Что нам осень подарила? (овощи и фрукты).	2	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.	3	стр.24
		3	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	3	стр.25
		4	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.	3	стр.26
<b>Октябрь</b>	5. Безопасность на улице. 6. Я и моя семья.	5	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	3	стр.28
		6	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	3	стр.29
	7. Мой дом, мое село. 8. Мой гардероб (одежда, обувь, головные уборы).	7	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	3	стр.30
		8	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	3	стр.31
			Повторение		
<b>Ноябрь</b>	9. Наш быт (мебель, бытовые приборы). 10. Домашние животные.	9	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	3	стр.33
		10	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	3	стр.34
	11. Дикие животные. 12. Все работы хороши	11	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	3	стр.35

	(профессии).	12	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	3	стр.37
Декабрь	13.Зима. 14.Птицы.	13	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	3	стр.38
		14	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	3	стр.40
	15.К нам едет Дед Мороз. 16.Новогодний праздник.	15	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	3	стр.41
		16	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	3	стр.42
			Повторение		
Январь	17.Новогодние каникулы. 18.Зимние забавы. 19.Азбука вежливости. 20.ЗОЖ.	17	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	3	стр.43
		18	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	3	стр.45
		19	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.	3	стр.46
		20	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	3	стр.47
		Февраль	21.Мы-друзья. 22.Транспорт. 23.Защитники Отечества. 24.Мы-исследователи.	21	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.
22	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.			3	стр.51

		23	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	3	стр.52
		24	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	3	стр.53
<b>Март</b>	25.Наши мамы.	25	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	3	стр.54
	26.Что за прелесть эти сказки!.	26	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	3	стр.56
	27.Знакомство с народной культурой и традициями.	27	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	3	стр.57
	28.Зоопарк.	28	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	3	стр.58
<b>Апрель</b>	29.Весна.	29	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	3	стр.60
	30.Одежда.	30	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	3	стр.61
	31.Неживая природа.	31	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	3	стр.62
	32.Наша группа.	32	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	3	стр.63
	Игрушки.		Повторение		стр.64
<b>Май</b>	День Победы.	33	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	3	стр.65
	Огород на окне. Растения и животные весной. Лето.	34	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг	3	стр.66

		другу.		
	35	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	3	стр.67
	36	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	3	стр.68

\* Третье занятие проводится на свежем воздухе

### **Раздел 3. Учебно-методический комплект**

- 1. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: младшая группа.  
– М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017.-80с. ( 3-4) лет**