



**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ**

**муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение**

«Детский сад № 271»

**603009, город Нижний Новгород, улица Горная, дом 10А
тел./ факс: 465-16-31**

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом

МБДОУ «Детский сад № 271»

Протокол № 3 от «30» августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

МБДОУ «Детский сад № 271»

_____ А.Д. Абросимова

Приказ № 149 - О от «30» августа 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В
МЛАДШЕЙ ГРУППЕ
НА 2020 – 2021 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Автор-составитель:

Кузьмичева Т.А., инструктор по физической
культуре I кв. категории

Нижний Новгород
2021

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Планируемые результаты освоения основной образовательной программы	3
2.	Учебный план	3
3.	Содержание образовательной деятельности	3
4.	Формы, способы, методы и средства реализации Программы	5

1. Планируемые результаты освоения основной образовательной программы

Образовательная область	Показатели
Физическое развитие	– ребёнок различает и называет органы чувств (глаза, рот, нос, уши), знает об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними; – имеет представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека; – сформированы представления о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы; – ходит и бегает свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног; – умеет строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях; – энергично отталкивается двумя ногами и правильно приземляется в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимает правильное и. п. в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см; – умеет энергично отталкивать мячи при катании, бросании, ловит мяч двумя руками одновременно; – сохраняет правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии; – реагирует на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполняет правила в подвижных играх; – проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, в том числе со сменой видов движений.

2. Учебный план

Организованная образовательная деятельность проводится в период с 1 сентября по 31 мая. Продолжительность, с учётом каникул, составляет 36 недель. Продолжительность организованной образовательной деятельности не более 15 минут.

І Основная часть

Базовый вид деятельности	Кол-во ООД		
	в неделю	в месяц	в год
ОО «Физическое развитие»: <i>Физическая культура в помещении</i>	3	12	108

3. Содержание образовательной деятельности

Образовательная область «Физическое развитие»

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 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.).

Основные цели и задачи работы по образовательной области «Физическое развитие» см. «От рождения до школы». Основная образовательная программа дошкольного образования / под. ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 4-е изд., перераб. – М.: Мозаика-синтез, 2017, с. 154

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

психолого-педагогическая работа	методическое обеспечение
«От рождения до школы». Основная образовательная программа дошкольного образования / под. ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 4-е изд., перераб. – М.: Мозаика-синтез, 2017, с. 155 - 156	Полтавцева Н., Стожарова М., Краснова Р., Гаврилова И. Приобщаем дошкольников к здоровому образу жизни. – М.: ТЦ «Сфера», 2013. – 128 с.

Физическая культура в помещении

Психолого-педагогическая работа	«От рождения до школы». Основная образовательная программа дошкольного образования / под. ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 4-е изд., перераб. – М.: Мозаика-синтез, 2017, с. 159 - 160
Методическое обеспечение ОДРМ	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3–7 лет. – М.: Мозаика - синтез, 2017 с. 5-32; Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду 3-5 лет – М.: Мозаика-Синтез, 2017 с.6-63 Подольская Е.И. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия. - изд. 2-е, перераб., Волгоград: Учитель, 2016 с. 6- 41; Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. – М.: Мозаика- синтез, 2016 с. 42-50
Содержание ООД	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Младшая группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2017. – 80 с. <i>Всего 108 занятий¹.</i>
Сентябрь	01.09.2021 – с. 23; 03.09.2021 - *; 07.09.2021, 08.09.2021 – с. 24, 10.09.2021 - *; 14.09.2021, 15.09.2021 – с. 25, 17.09.2021 - *; 21.09.2021, 22.09.2021 – с. 26, 24.09.2021 - *; 28.09.2021, 29.09.2021 – с. 28;
Октябрь	01.10.2021 - *; 05.10.2021, 06.10.2021 – с. 29, 08.10.2021 - *; 12.10.2021, 13.10.2021 – с. 30, 15.10.2021 - *; 19.10.2021, 20.10.2021 – с. 31, 22.10.2021 - *; 26.10.2021, 27.10.2021 – с. 33, 29.10.2021 - *.
Ноябрь	02.11.2021, 03.11.2021 – с. 34; 02.11.2021, 03.11.2021 – с. 35; 09.11.2021, 10.11.2021 – с. 37, 12.11.2021 - *; 16.11.2021, 17.11.2021 – с. 38, 19.11.2021 - *; 23.11.2021, 24.11.2021 – с. 40, 26.11.2021 - *; 30.11.2021 – с. 41.
Декабрь	01.12.2021 – с. 41, 03.12.2021 - *; 07.12.2021, 08.12.2021 – с. 42, 10.12.2021 - *; 14.12.2021, 15.12.2021 – с. 43, 17.12.2021 - *; 21.12.2021,

¹ Каждое занятие повторяется для постепенного и качественного закрепления навыка. Третье занятие на каждой неделе проводится в форме развлечения (*), состоящего из подвижных игр (по выбору воспитателя в соответствии с программными задачами).

	22.12.2021 – с. 45, 24.12.2021 - *;
Январь	11.01.2022, 12.01.2022 – с. 46, 14.01.2022 - *; 18.01.2022, 19.01.2022 – с. 47, 21.01.2022 - *; 25.01.2022, 26.01.2022 – с. 50, 28.01.2022 - *.
Февраль	01.02.2022, 02.02.2022 – с. 51, 04.02.2022; 08.02.2022, 09.02.2022 – с. 52, 11.02.2022; 15.02.2022, 16.02.2022 – с. 53, 18.02.2022 - *; 22.02.2022, 25.02.2022 – с. 54
Март	01.03.2022, 02.03.2022 – с. 56, 04.03.2022 - *; 09.03.2022, 11.03.2022 – с. 57; 15.03.2022, 16.03.2022 – с. 58, 18.03.2022 - *; 22.03.2022, 23.03.2022 – с. 60, 25.03.2022 - *; 29.03.2022, 30.03.2022 – с. 61.
Апрель	01.04.2022 - *; 05.04.2022, 06.04.2022 – с. 62, 08.04.2022 - *; 12.04.2022, 13.04.2022 – с. 63, 15.04.2022 - *; 19.04.2022, 20.04.2022 – с. 65, 22.04.2022 - *; 26.04.2022, 27.04.2022 – с. 66, 29.04.2022 - *.
Май	04.05.2022, 06.05.2022 – с. 67; 10.05.2022, 11.05.2022 – с. 68, 13.05.2022 - *; 17.05.2022, 18.05.2022 – с. 62 (повторение), 20.05.2022 - *; 24.05.2022, 25.05.2022 – с. 65 (повторение), 27.05.2022 - *; 31.05.2022 - *.

4. Формы, способы, методы и средства реализации Программы

Образовательная область «Физическое развитие»

Дети с 3 лет			
Формы	Способы	Методы	Средства
Организованная образовательная деятельность Физическая культура в помещении	Фронтальный	Наглядный: показ, образец; демонстрация физических упражнений; использование зрительных ориентиров и звуковых сигналов. Словесный: название упражнений; комментирование хода выполнения упражнения; указание; выразительное чтение стихов. Практический: имитационные игры и упражнения; подвижные игры; выполнение движений, повторение упражнений; проведение упражнений в игровой форме;	Игра «Кегли», мяч фитбол, лесенка балансир, набор массажный роликов и мячей, обруч плоский, обруч, скакалка, бревно гимнастическое, канат для перетягивания, кольцо брос со столбиками, куб большой, куб малый, гантели детские, палка гимнастическая 100 см, палка гимнастическая деревянная 70 см, флажки разноцветные, мяч массажный, щит баскетбольный навесной, тоннель, мешочки для метания, погремушки, бубен, доска ребристая, мяч резиновый 200 мм, мат гимнастический, скамейка гимнастическая жёсткая, скакалка шнуровая, коврик резиновый, обруч малый, дуга для подлезания (большая), дуга для подлезания (малая), конус сигнальный, мишени для метания.