

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 9 «Кристаллик»**

Ямальская ул., д.23а, г. Салехард, Ямало – Ненецкий автономный округ, 629008
Тел./факс (34922) 4-12-76, 4-12-77 E-mail: mdou9@edu.shd.ru

РАССМОТРЕНА:
на заседании педагогического совета
протокол № 1 от 24 августа 2021г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**Образовательная область «Физическое развитие»
Первая младшая группа № 1
(с 2 до 3 лет)**

Образовательный компонент «Физическое развитие»

Срок реализации программы 1 год

2021-2022 учебный год

Составители: Андрущак Лилия Петровна,
инструктор по физической культуре

г. Салехард

Пояснительная записка вторая группа раннего возраста (возраст детей 2-3 года)

Рабочая программа по образовательной области «Физическое развитие» детей 2-3 лет (вторая группа раннего возраста) разработана в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 9 «Кристаллик» (далее – Образовательная программа), «Образовательной программы дошкольного образования «Теремок» для детей от двух месяцев до трёх лет» Лыкова И.А, Волосевич Т.В., Кириллов И.Л., Ушакова О.С. Издательский дом «Цветной мир», Москва 2018.

Методическое обеспечение- «Физическое развитие детей третьего года жизни», Л.Н Волошина, Т.В. Курилова.

Коррекционная работа проводится по программам:

- «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений IV вида (для детей с нарушением зрения)» под редакцией Л.И. Плаксиной;
- «Программа логопедической работы по преодолению общего недоразвития речи у детей» Т.Б.Филичевой, Г.В.Чиркиной, Т.В.Тумановой.

Программа включает в себя три основных раздела: целевой, содержательный и организационный, в каждом из которых отражается обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Цели и задачи реализации программы

Вторая младшая группа (от 2 до 3 лет)

Программа направлена на решение следующих задач:

- Учить сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.
- Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног.
- Учить действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры.
- Учить менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием.
- Учить ползать, лазать.
- Учить 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.

Принципы и подходы к формированию программы

Программа соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка.

Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи).

Обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации, которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников.

Строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей.

Основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса.

Принцип оздоровительной направленности решает задачи укрепления здоровья ребенка.

Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования я нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

Принцип единства с семьей, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно - гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях - физкультурных досугах и праздниках, походах.

Характеристика особенностей развития детей дошкольного возраста (2-3 года)

Возрастные особенности:

К трем годам масса тела ребенка составляет от 13,1 до 16,9 кг, рост- 91- 99 см. Ребенок становится более самостоятельным, движения его более координированными. Продолжается интенсивный темп физического развития.

Характерной особенностью этого возраста является потребность в разнообразных движениях интерес и желание воспитанников их выполнять. Физические нагрузки необходимы им для полноценного развития всех систем и функций, чувственного познания окружающего мира. Однако параметры развития воспитанников, качественная характеристика темп овладения ими разными видами движений (ходьбой, бегом, прыжками, лазаньем, метанием) индивидуальны. Важным для здоровья ребенка является гармоническое соотношение показателей физического развития: роста, веса, окружности груди, двигательной активности.

В упражнениях общеразвивающего характера при поднимании рук вверх, в стороны, при наклонах, поворотах и приседаниях малыши осваивают навыки владения телом.

О реакции организма на физическую нагрузку судят по внешним признакам утомления: отвлекаемость, общая слабость, одышка, побледнение или покраснение лица и нарушение координации движений. В момент выполнения упражнений ребенок не всегда может понять указания воспитателя и тогда ему следует оказать помощь.

Вновь приобретенные умения и навыки могут быть реализованы не только на физкультурных занятиях, но и в жизненно важной самостоятельной двигательной деятельности детей.

Планируемые результаты освоения Программы

Результаты освоения программы представлены в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры:

- Ходит и бегает, не наталкиваясь друг на друга.
- Прыгает на двух ногах на месте, с продвижением вперед.

- Держит, берет, переносит, кладет, бросает, катает мяч.
- Ползает, подлезает под натянутую веревку, перелезает через бревно, лежащее на полу.

Учебный план реализации ОО «Физическое развитие» в 1 группе раннего возраста (возраст детей 2- 3 года) по Программе Физкультурные занятия, построены по общепринятой структуре. И состоят из вводной, основной и заключительной частей.

1.	Вводная часть (1 минуты)	Мобилизует внимание детей. Подготавливает к выполнению предстоящей двигательной нагрузки. Является небольшой разминкой. Выполняются упражнения в ходьбе, беге, построениях, с различными заданиями.
2.	Основная часть (8 –минут)	Включает гимнастические упражнения общеразвивающего характера с различными предметами и без них; основные виды движений (упражнения в равновесии, прыжках, лазании и метании), подвижную игру.
3.	Заключительная (1 минуты)	Включает игру малой подвижности, хороводы.

№	Основные движения	Задачи
1.	Ходьба	Обучение ходьбе подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег, и наоборот, с изменением направления, враспынную, обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны.
2.	Бег	Обучение бегу подгруппами и всей группой в прямом направлении, друг за другом, в колонне по одному, в медленном темпе в течение 30- 40 секунд (непрерывно), с изменением темпа. Бег между двумя шнурами (расстояние между ними 25- 30 см).
3.	Катание, бросание, метание.	Обучение катанию мяча двумя руками и одной рукой педагогу, друг другу, под дугу, стоя и сидя (расстояние 50- 100 см); бросание мяча вперед двумя руками снизу, от груди, из- за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1-1,5 через сетку. Метание мячей, набивных мешочков на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель- двумя руками, правой (левой) рукой с расстояния 1м. Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 50-100 см.
4.	Ползание, лазанье.	Обучение ползанию на четвереньках по прямой (расстояние 3- 4м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту 20- 30 см; по гимнастической скамейке. Ползание под воротца, веревку (высота 30- 40 см), перелезание через бревно. Лазанье по лесенке- стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5м) удобным для ребенка способом.
5.	Прыжки	Обучение прыжкам на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через линию; через две параллельные линии (10-30 см). Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10-15 см выше поднятой руки ребенка.
6.	Упражнения в равновесии	Обучение ходьбе по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2- 3м) с перешагиванием через предметы (высота 10- 15 см); по доске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20-25 см). Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).
№	Общеразвивающие упражнения	Задачи
1.	Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса	Обучать поднимать руки вперед, вверх, в стороны; скрещивать их перед грудью и разводить в стороны. Отводить руки назад, за спину; сгибать и разгибать их. Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать вперед- назад, вниз- вверх.
2.	Упражнения для развития и укрепления мышц спины и	Обучать поворачиваться вправо- влево, передавая предметы рядом стоящему. Наклоняться вперед в стороны. Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу. Поднимать и опускать ноги, лёжа на спине. Стоя на коленях, садиться на пятки и

	гибкости позвоночника	подниматься.
3.	Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног	Обучать ходить на месте. Сгибать левую (правую) ноги в колене (с поддержкой) из исходного положения стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку. Шевелить пальцами ног (сидя).
	Подвижные игры.	Задачи
		Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Примерные игры

1.	С ходьбой и бегом	«Догони мяч!», «По тропинке». «Через ручеек», «Кто тише», «Перешагни через палку», «Догоните меня», «Воробушки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмет».
2.	С подпрыгиванием	«Мой веселый, звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнздышках», «Через ручеек».
3.	С ползанием	«Доползи до погремушки», «Проползи в воротца», «Не переползай линию!», «Обезьянки».
4.	С бросанием и ловлей мяча	«Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее».
5.	На ориентировку в пространстве	«Где звенит?», «Найди флажок».

«Физическая культура»

Используются вариативные формы проведения физкультурных занятий, которые направлены на решение следующих **задач**:
Укрепление здоровья детей, повышение функциональных и адаптационных возможностей организма, умственной и физической работоспособности; гармоничное развитие всех звеньев опорно-двигательного аппарата; формирование правильной осанки; совершенствование двигательных навыков, воспитание двигательных качеств; развитие психических способностей и эмоциональной сферы; воспитание интереса и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями.

Формы ООД «Физическая культура»

Тип физкультурных занятий	Характеристика и задачи
Игровые занятия	Построены на основе разнообразных подвижных игр. Совершенствуются двигательные умения и навыки, развиваются физические качества, формируется интерес к занятиям, физическим упражнениям, двигательная самостоятельность
Игровые-сюжетные занятия	Построены на одном сюжете. Решаются задачи совершенствования двигательных умений и навыков, формирования интереса к занятиям физическими упражнениями.

Интеграция образовательных областей

«Художественное-эстетическое развитие»	Формирование интереса к эстетической стороне окружающей действительности; развитие детского творчества Использование музыкальных произведений в качестве музыкального сопровождения различных видов детской деятельности и двигательной активности. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование представлений о здоровом образе жизни, релаксация.
«Социально-коммуникативное развитие»	Формирование гендерной, семейной, гражданской принадлежности, патриотических чувств, чувства принадлежности к мировому сообществу
«Познавательное развитие»	Расширение кругозора детей в области физическое воспитание
«Речевое развитие»	Проведение речевых физ. минуток, игры со словами.

Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре со специалистами ДОУ

Важную роль в работе инструктора по физической культуре в детском саду с детьми с нарушением зрения играет взаимосвязь с учителями-дефектологами, логопедами, офтальмологом, воспитателями, музыкальными руководителями.

Вместе с ними определяются коррекционные задачи, которые необходимо решить в процессе физкультурных занятий.

педагог	содержание взаимодействия
<i>с учителем-дефектологом (тифлопедагогом).</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Изучение программ и определение направлений работы на год; - Определение индивидуальных маршрутов сопровождения; - Подготовка к образовательной совместной деятельности: подбор спортивного оборудования; подбор музыкального сопровождения, гимнастики для глаз. - Консультирование по вопросам изготовления зрительных ориентиров, наглядных пособий для детей с нарушением зрения; - Проведение спортивных дидактических игр; - Взаимообучение специалистов и инструктора по физической культуре через открытый показ занятий, приемов работы, дидактического материала; - Совместная подготовка и проведение культурно - досуговой деятельности
<i>с воспитателем</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Изучение программ и определение направлений работы на год; - Подготовка к образовательной совместной деятельности: подбор спортивного оборудования; Проведение спортивных дидактических игр; - Проведение коррекционной ритмики; - Совместная подготовка и проведение культурно - досуговой деятельности.
Педагог-психолог	<ul style="list-style-type: none"> - Изучение программ и определение направлений работы на год; - Подготовка к образовательной совместной деятельности: подбор наглядного материала; - Использование игровых ситуаций, двигательных упражнений с музыкальным сопровождением, псих гимнастики; - Развитие эмоциональной отзывчивости; - Способствование овладению средствами общения со взрослыми и сверстниками в процессе деятельности; - Совместная подготовка и проведение культурно - досуговой деятельности; .

Взаимодействия с семьями воспитанников

Одно из ведущих мест в работе по физическому развитию детей отводится взаимодействию с семьёй. Общение педагога и родителей базируется на принципах открытости, взаимопонимания и доверия. Родители являются основными социальными заказчиками ДОУ, поэтому взаимодействие с ними выстраивается исходя из интересов и запросов семьи. Формы и методы работы, которые позволяют учесть актуальные потребности родителей, способствуют формированию активной родительской позиции.

№	Формы работы	Цели и задачи	Сроки проведения
1.	Консультации	Ответить на все вопросы, интересующие родителей	в течение года
2.	Беседы	Обмен мнениями по тому или иному вопросу	в течение года
3.	Анкетирование	Изучение интересов и потребностей родителей	в начале года
5.	Наглядная информация: информационные стенды, папки-передвижки, информация на сайте ДОУ.	Информирование родителей.	в течение года
6.	Родительские собрания, слайдовые презентации.	Знакомство с физической деятельностью детей в ДОУ	в течение года

Здоровье сберегающие компоненты в ООД

Закаляя детей дошкольного возраста, мы ставим перед собой следующие конкретные задачи: -повысить стойкость детского организма в борьбе с заболеваниями (так называемыми "простудными" и другими);

- приучать детей чувствовать себя хорошо в различных меняющихся условиях;
- воспитывать у детей потребность в свежем воздухе, приучать их не бояться холодной воды;
- воспитывать умение преодолевать трудности.

При закаливании надо руководствоваться определенными принципами, к числу таких относятся: постепенность, систематичность, учет индивидуальных особенностей ребенка. Если не будут соблюдаться эти принципы, то закаливание будет носить случайный характер.

Создание здоровьесберегающей среды

Здоровьесберегающие технологии:

- программы «Здоровья» В. Г. Алямовской ,
- программы «Здоровый дошкольник» Ю.Ф. Змановского,
- дыхательная гимнастика по методу А.Н. Стрельниковой

№	Форма работы	Цель
1.	Утренняя гимнастика	Утренняя гимнастика является одним из важнейших компонентов двигательного режима детей. Она направлена на оздоровление, укрепление, повышение функционального уровня систем организма, развитие физических качеств и способностей.
2.	Игры на воздухе	Игры на воздухе укрепляют здоровье, развивают двигательные качества и закрепляют двигательные навыки, совершенствуют ритмичность и точность движений. Повышают активность.
3.	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика укрепляет иммунитет ребенка, расслабляет и восстанавливает организм после физической нагрузки и эмоционального возбуждения

4.	Пальчиковые игры	Развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.
5.	Гимнастика для глаз	Снятие зрительного напряжения, развитие глазодвигательных функций, укрепление глазных мышц.

Планирование работы по НРК

Реализация регионального компонента осуществляется через знакомство с национально-культурными особенностями ЯНАО.

Знакомясь с родным краем, его достопримечательностями, ребёнок учится осознавать себя. Живущим в определённой временной период, в определённых этнокультурных условиях. Данная информация реализуется через тематические занятия, экскурсии, развлечения.

Виды физкультурной деятельности	Цели и задачи	Содержание
Игры народов Севера	Знакомить с бытом народа, прививать интерес к национальным играм и традициям, расширять кругозор. Развивать внимание, слух, двигательную реакцию, умение ориентироваться в пространстве, закрепление дошкольниками подвижных игр народов Севера.	«Солнце», «Волк и олени»
Сюжетно – игровые занятия	Знакомить с бытом народа, прививать интерес к национальным играм и традициям, расширять кругозор.	

Общее количество часов организованной образовательной деятельности

Возраст	Длительность одного периода ООД (минут)	Количество ООД в неделю	Количество ООД в месяц	Количество ООД в год
Раннего возраста 1 группа (возраст детей 2-3 года)	10	2	8	72

Создание развивающей предметно-пространственной среды

Тренажёрный комплект (кольца гимнастические, шест для лазания, канат для лазания, лестница веревочная)		Тренажер велосипед детский	
Скамья гимнастическая	6	Гантели детские (вес 250 г.)	30
Мостик-качалка	2	Гантели детские (вес 500 г.)	30
Бревно гимнастическое	1	Гиря полая детская	4
Самокат детский	19	Доска гладкая с зацепами	2
Велосипед детский трехколесный	8	Доска с ребристой поверхностью	16
Стойка для прыжков с планкой	2	Диск «Здоровье» детский	2
Стойка	4	Канат гладкий	10
Стеллаж для спортивного инвентаря	5	Канат с узлами	10
Диск балансировочный массажный	2	Кегли (набор)	14
Степ-платформа	30	Кольцеброс (набор)	14
Коврик спортивный	25	Кольцеброс «Слоник»	10

Мячи большие 200	50	Кольцеброс (сборный)	11
Мячи средние 120	50	Летающая тарелка	16
Мячи малые 80	50	Бадминтон	16
Мячи для мини-волейбола	14	Набор «Пойма-ка»	10
Мяч футбольный	14	Боулинг детский	16
Мячи для мини-баскетбола	4	Кегли/детский боулинг	6
Мяч футбольный	14	Флажок цветной	60
Мячи для мини-баскетбола	4	Игра «Городки»	13
Мяч "Прыгун" с ручками (разных размеров)	12	Игра «Шароброс»	22
Мяч фитбол «Гуффи»	10	Набор детский для хоккея	26
Мяч надувной	4	Шашки, шахматы с доской	30
Мяч на резинке	4	Игра «Суперфутбол»	7
Мяч массажный ø 6	6	Игра «Рыбалка» (настольная)	5
Мяч массажный ø 8	6	Игра «Хоккей» (настольная)	11
Мяч массажный ø 10	6	Игра «Баскетбол» (настольная)	11
Мяч массажный ø 22	6	Кольцо плоское	22
Мяч массажный ø 28	15	Кольцо мягкое	22
Мяч массажный ø 65	2	Лента короткая,	60
Мяч массажный ø 98	1	Лента длинная	60
Мяч сенсорный (набор)	4	веревочная лестница	1
Обруч гимнастический: массажный, сборный	6	Кронштейн подвесной для канатов и лестниц	1
Обруч ø 1000 мм	50	Лестница деревянная с зацепами	2
Обруч ø 550-600 мм	50	Лыжи детские, с мягким креплением (пара)	25
Обруч плоский	30	Мягкие крепления для лыж	50
Обруч плоский 450	30	Палки лыжные детские (пара)	25
Обручи плавающие (горизонтальные)	15	Лыжи детские, с жестким креплением (пара)	10
Обручи с грузами (вертикальные)	15	Ботинки лыжные детские	10
Радужные обручи и флажки	3	Тренажер "Жим ногами"	1
Батут с держателем	1	Тактильная дорожка ВОДЯНАЯ ЛИЛИЯ (большой набор)	2
Балансир "Лепесток лотоса"	4	Тактильная дорожка волнистая	14
Ходули на веревочках	15	Комплект ребристых ковриков	1
Набор «Шагаем вместе»	15	Манеж для мячей – 3-х ярусный	5
Ходунки для спортивных состязаний	2	Манеж для мячей 2-х ярусный	4
Доска с колесами	4	Стенка гимнастическая (2494,8/2,977*2,69)	
Следочки: ладошки и ступни	14	Мат гимнастический 1500*750*150	
Диск плоский	4	Массаж ёры разные	
Батут (складной)	2	Мешочек с грузом малый	16
Страховка для батута	3	Мешочек с грузом большой	16
Баскетбольная стойка с колесами	2	Лыжный набор для взрослого (лыжи, ботинки, крепления, палки)	2
Тележка для спортивного инвентаря	2	Мишень навесная «круги»	2
Контейнер для спорта инвентаря	4	Палка гимнастическая короткая	50

Дуга большая	10	Палка гимнастическая длинная	4
Дуга малая	10	Ролик гимнастический	14
Игровой лабиринт	2	Скакалка короткая	90
Туннель	4	Скакалка длинная	4
Кубы крупногабаритные 4 в 1	10	Фишки (разметчик для спортивных игр)	4
комплект мягких модулей (28 элементов)	1	Конус с отверстиями	30
Комплект мягких модулей (16 элементов)	1	Шапочка для плавания (детская)	30
Игра «Проворные мотальщики» (4 человека)	2	Жилет для плавания	30
Игра «Проворные мотальщики» (2 человека)	2	круг надувной (ø 55-60 см.)	25
Шары-мячи фибропластиковые 350	2	круг надувной (ø 65-70 см)	25
Шары-мячи фибропластиковые 200	2	Поролоновые палки (нудолсы)	25
Шары-мячи фибропластиковые 100	2	соединительные трубки (муфты) к поролоновым палкам	12
Шары-мячи фибропластиковые 60	2	Стойка для нудлов	1
Шары-мячи прозрачные, с наполнителями	18	нарукавник (пара)	25
Шнур короткий плетеный	25	дорожка разделительная с яркой маркировкой для бассейна	3
Шнур длинный плетеный	4	Дорожка разделительная волногасящая	3
Эспандер детский	100	Лестница-трап для спуска в ванну	2
Игровой набор "Кузнечик"	2	съёмная горка на борту бассейна	1
Сетка баскетбольная	2	Вставки для соединения ног (колобашки)	12
Сетка волейбольная	2	Поплавок цветной (флажок)	4
Дорожка для профилактики плоскостопия (из 5 ковриков с шипами) 1,5 м	16	Крепеж (клипса) для вертикальной стойки палка/палка	20

Методическое обеспечение образовательной деятельности

Литература	<p>Галанов А. С. Игры, которые лечат. 2001. — 96с.</p> <p>Доскин В. А. Растем здоровыми: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры Журнал «Инструктор по физкультуре»</p> <p>И.А.Анохина Закаливание организма ребенка в ДОУ и семье: Практическое пособие. — М, АРКТИ, 2010 — 56 с.</p> <p>Каштанова Г.В., Мамаева Е.Г. Медицинский контроль за физическим развитием дошкольников и младших школьников: Практическое пособие. — М.: АРКТИ, 2006 — 64с.</p> <p>Кострыкина Л.Ю. Малыши, физкульт - привет!</p> <p>Система работы по развитию основных движений детей раннего возраста. — М.6 Издательство «Скрипторий», 2006. -120с</p> <p>М. Н. Щетинин. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. — М, Метафора, 2010 — 128с.</p> <p>Моргунова. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ: Практическое пособие. О.Н. Моргунова. — Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005. -175с.</p> <p>Н.В. Микляева Физическое развитие дошкольников. Ч 2. Формирование двигательного опыта и физических качеств. / Под ред. Н.В.Микляевой. — М.: ТЦ Сфера, 2015. - 176 с.</p> <p>Овчинникова Т.С., Черная О.В., Баряева Л. Б. Занятия, упражнения и игры с мячами.</p>
Картотека	<p>«Игры народов мира»</p> <p>«Зрительная гимнастика»</p> <p>«Пальчиковая гимнастика для малышей»</p>

	«Физминутки для малышей» «Картотека игр народов Севера» «Картотека игр на координацию речи и движения»
Пособия	Сборник коррекционных игр «Радуга» Сборник дыхательной гимнастики Сборник адаптированных игр «В игры играем: движения и речь развиваем» Папка «Люблю тебя, мой край родной»
Электронная база	Досуги, праздники на каждую возрастную группу

Календарное планирование (возраст детей 2-3 года)

	не де л я	№	Задачи	ОРУ	Основные виды движения	Игра
Сентябрь	1	1, 2	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Без предметов	1.Равновесие. Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см).	«По тропинке»
	2	3,4	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.		1.Прыжки на всей ступне с работой рук (пружинка).	«Птички»
	3	5,6	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	С мячом	1.Прокатывание мячей.	«Догони мяч»
	4	7,8	Развивать ориентировку в пространстве; умения действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.		1.Ползание с опорой на ладони и колени под шнур.	«Быстро в домик»
Октябрь	1	1,2	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Без предметов	1.Равновесие «Пойдем по мостику» 2. Прыжки.	«Через ручеек»
	2	3,4	Упражнять в прыжках с приземлением на согнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.		1.Прыжки из обруча в обруч. 2. «Прокати мяч»	«Ловкий шофер»
	3	5,6	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигнал. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	С мячом	1.Прокатывание мячей в прямом направлении.	«Прокати мяч»
	4	7,8	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.		1.Ползание «Крокодильчики» 2.Равновесие «Пробеги- не задень»	«Кот и воробышки»
Ноябрь	1	1,2	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	С кубиком	1.Равновесие «В лес по тропинке». 2.Прыжки «Зайка – мягкие лапки».	«Ловкий шофер»

	2	3,4	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги.		1.Прыжки «Через болото».	«Зайка беленький сидит»
	3	5,6	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	С мячом	1.Игровое задание с мячом «Прокати - не задень». 2.Ползание на четвереньках «Проползи – не задень».	«Доползи до погремушки»
	4	7,8	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.		1.Ползание.Игровое задание – «Паучки». 2.Равновесие. Ходьба по доске в умеренном темпе.	«Обезьянки»
Декабрь	1	1,2	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	С кольцом	1.Равновесие. Игровое упражнение «Пройди – не задень» 2.Прыжки. Игровое упражнение «Лягушки – попрыгушки».	«Через ручеек»
	2	3,4	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий; в прыжках на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки.		1.Прыжки. Прыжки со скамейки (высота 20 см) на резиновую дорожку.	«Зайка беленький сидит»
	3	5,6	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	С мячом	1.Прокатывание мяча между предметами. Игровое задание «Не упусти!». 2.Ползание по дугу. «Проползи – не задень».	«Доползи до погремушки»
	4	7,8	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре; сохранении равновесия при ходьбе по доске.		1.Ползание. Игровое упражнение «Жучки на бревнышке». 2.Равновесие. Игровое упражнение «Пройдем по мостику»	«Птица и птенчики»
Январь	1	1,2	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	С кубиком	1.Равновесие. «Пройди – не упади». 2.Прыжки, «Из ямки в ямку»	«Птички в гнездышках»
	2	3,4	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прыжках на двух ногах между предметами.		1.Прыжки. «Зайки – прыгуны».	«Поезд»
	3	5,6	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.	С мячиком ежиком	1.Прокатывание мячей. «Прокати – поймай». 2.Ползание.Игровое упражнения «Ползаем как медвежата».	«Лохматый пес»
	4	7,8	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.		1.Ползание под дугу, не касаясь руками пола. 2.Равновесие. Игровое упражнения «По тропинке».	«Самолёты»
Февраль	1	1,2	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	С мешочком	1.Равновесие «Перешагни - не наступи». Перешагивание через шнуры. 2.Прыжки «С пенька на пенек». Прыжки из обруча в обруч.	«Куры в огороде»

	2	3,4	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.		1.Прыжки «Веселые воробышки». Прыжки с гимнастической скамейки. 2. Прокатывание мяча «Ловко и быстро!». Прокатывание мяча между набивными мячами, подталкивая его двумя руками.	«Кот и мыши»
	3	5,6	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.	С мячом	1. 1. Бросание мяча через шнур двумя руками. 2.Подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола.	«Птички в гнездышках»
	4	7,8	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнения в равновесии.		1.Лазание под дугу в группировке. 2.Равновесие. Пройти по доске, а на середине присесть и хлопнуть в ладоши.	«Пузыри».
Март	1	1,2	Упражнять детей в ходьбе и беге; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	С погремушкой	1.Равновесие «Ровным шагом». Ходьба по доске, боком приставным шагом, руки на поясе; на середине присесть. 2.Прыжки «Змейкой». Прыжки между кубиками «змейкой».	«Кролики».
	2	3,4	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.		1.Прыжки через канавку. 2.Катание мячей друг другу «Точно в руки». Исходное положение, сидя на пятках.	«Мой веселый звонкий мяч»
	3	5,6	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	С мячом	1. «Брось и поймай». Бросание мяча у носков ног, и ловля его двумя руками. 2.Ползание по гимнастической скамейке, с опорой на ладони и колени.	«Автомобили».
	4	7,8	Развивать координацию движений в ходьбе между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.		1.Ползание «Котят». Ползание на четвереньках, с опорой на ладони и колени, в прямом направлении. 2.Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке в умеренном темпе.	«Солнышко и дождик»
Апрель	1	1,2	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	С кольцом	1.Равновесие Ходьба боком, приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 25 см.), руки на поясе. 2.Прыжки «Через канавку».	«Поезд».
	2	3,4	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.		1.Прыжки из кружка в кружок. 2.Упражнения с мячом.	«Найдем лягушонка».
	3	5,6	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	С мешочком	1.Бросание мяча вверх, и ловля его двумя руками. 2.Ползание по гимнастической скамейке «Медвежата».	«Мы топаем ногами».
	4	7,8	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.		1.Ползание. «Проползи – не задень». Ползание на ладонях и коленях между предметами, не задевая их 2.Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке, как по «мостику».	«Птичий дом»

Май	1	1,2	Повторить ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	Без предметов	1.Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке (высота 30 см.). 2.Прыжки через шнуры (расстояние между ними 30 – 40 см.)	«Зоопарк»
	2	3,4	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.		1.Прыжки «Параютисты» 2.Упражнения с мячом. Катание мячей друг другу.	«Птичий дом»
	3	5,6	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх, и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	С мячом	1.Броски мяча вверх, и ловля его двумя руками. 2.Ползание по скамейке, как «жучки».	«Воробышки и кот»
	4	7,8	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.		1.Лазание на наклонную лесенку. 2.Равновесие. «По мостику». Ходьба по гимнастической скамейке, как по «мостику».	«Кот и мыши»