

ПРИНЯТА

Педагогическим советом

ГБДОУ детский сад №25

Кировского района Санкт-Петербурга

Протокол №1 от «29» 08. 2025г

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детским

садом №25

Кировского района Санкт-Петербурга

_____ А.Н.Морозова

Приказ № 21-о от « 29 » 08. 2025г

Рабочая программа инструктора по физкультуре

Степошиной Александры Игоревны

Составлена на основе ФОП ДО и ФГОС ДО, соотнесена с образовательной программой
ГБДОУ детский сад № 25 Кировского района Санкт-Петербурга

Возраст обучающихся от 2 до 3 лет

Принято: педагогическим советом

Учебный год 2025-2026

Содержание

1. Целевой раздел	2
1.1 Пояснительная записка	2
Нормативно-правовая база	3
Цель программы	3
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	3
Характеристика детей и групп раннего возраста	3
Срок реализации программы	3
1.2 Возрастные особенности физического развития детей 2-3 лет	4
1.3 Планируемые результаты освоения рабочей программы	5
1.4. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	
Индивидуальная карта развития	6
2. Содержательный раздел	7
2.1. Задачи образовательной деятельности ОО Физическое развитие	7
2.2. Содержание образовательной деятельности	8
2.3. Перспективное планирование образовательной деятельности	9
2.4. Образовательная деятельность в режимных процессах (ОО Физическое развитие)	
Расписание физкультурных занятий	17
2.5. Работа с родителями (законными представителями)	18
Деятельность инструктора по физкультуре по построению взаимодействия с родителями (законными представителями) детей раннего возраста	19
План работы с родителями на 2023-2024 учебный год	19
2.6. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы (КРР) ОО Физическое развитие	21
2.7. Рабочая программа воспитания ОО Физическое развитие	23
3. Организационный раздел.	25
3.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды	
Наполняемость РППС спортивного зала	25
3.2 Технические средства обучения	26
3.3. Методическое обеспечение программы.	27
Приложение	28
Список музыкальных произведений для детей раннего возраста (для использования на физкультурных занятиях)	28

1. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Нормативно-правовая база	Федеральная образовательная программа дошкольного образования (приказ Министерства просвещения РФ № 1028 от 25 ноября 2022 года) Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства просвещения РФ № 1022 от 24 ноября 2022 года) Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ № 1155 от 17 октября 2013 года), с изменениями №31 от 21 января 2019 года. Пункт 5 Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных духовно-нравственных ценностей. Указ Президента РФ № 809 от 9 ноября 2022 года Федеральный закон «Об образовании в РФ» №273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. Федеральный закон от 24 сентября 2022 н. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации» Постановление №28 от 28 сентября 2020 года (СП 2.4.3648-20) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» Постановление №2 от 28 января 2021 года (СанПиН 1.2.3685-21) «Санитарные правила и нормы «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»	
Цель программы	- разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно- нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций	
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	-полноценное проживание ребенком всех этапов детства (раннего возраста), обогащение (амплификация) детского развития; -построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка; -сотрудничество ДОО с семьей; -возрастная адекватность ДО соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).	
Характеристика детей и групп раннего возраста	Характеристика воспитанников на 2025-2026 учебный год: Общее количество детей 32 человека 13 девочек 19 мальчиков	
	Группа раннего возраста №1 Девочек 6 Мальчиков 10 Дети с 1 группой здоровья___чел Дети со 2 группой зоровья___чел Дети с 3 группой здоровья _____чел	Группа раннего возраста №7 Девочек 7 Мальчиков 9 Дети с 1 группой здоровья___чел Дети со 2 группой зоровья___чел Дети с 3 группой здоровья _____чел
Срок реализации программы	Срок реализации программы 1 учебный год (1 сентября- 31 августа)	

1.2 Возрастные особенности физического развития детей 2-3 лет

На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее. Продолжают развиваться предметная деятельность, деловое сотрудничество ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление, в конце года появляются основы наглядно-образного мышления.

Процесс усвоения нового в движении сохраняет прежнюю специфику: основное здесь — подражание. Однако оно изменяет свой характер: наблюдается большее осмысление предложенной ребенку задачи и, в связи с этим, более четкое ее выполнение. Дети еще не способны придерживаться точно заданной формы движений, но развивающаяся двигательная память помогает им самостоятельно воспроизводить знакомые двигательные действия. Ребенок постепенно учится согласовывать свои движения с движениями других детей, приучается своевременно реагировать на сигналы извне, требующие изменить характер движения, его темп, силу или совсем прекратить движение и остановиться.

В условиях систематического руководства ребенок на третьем году жизни совершенствует ходьбу, лазанье, начинает бегать, прыгать. Все эти движения еще мало координированы и недостаточно точны.

Ребенок чувствует потребность в частой смене движений, не может сохранять неподвижную позу, нуждается в чередовании движений и отдыха.

Большое значение для развития движений имеют специально организуемые подвижные игры с правилами. В этих играх дети подчиняют свои движения разнообразным внешним сигналам, например изменяют темп движений в зависимости от изменения музыки, направление или характер движения по слову (остановиться, перейти от ходьбы к бегу и др.). Ценность подвижных игр заключается и в том, что, помимо развития движений, выполнение различных правил в игре требует от ребенка понимания ситуации, внимания, выдержки. У него воспитывается умение играть совместно, согласовывать свои движения с движениями других.

Наряду с подвижными играми необходимы занятия основной гимнастикой. При проведении физкультурных занятий следует обращать внимание на качество выполнения движений, исправлять ошибки и своевременно изменять и усложнять тот или иной комплекс упражнений, если дети овладели им достаточно хорошо. При условии правильной организации двигательной активности дети двух-трех лет, как правило, большую часть дня бодры и активны. Такое поведение свидетельствует о состоянии оптимальной возбудимости нервной системы.

Дети данного возраста обнаруживают крайнюю неустойчивость состояния возбудимости. Незначительные причины (например, изменения режима, болезненное состояние) могут приводить к состоянию повышенного возбуждения, при котором поведение ребенка нарушается (он начинает громко кричать, отказывается выполнять ранее установленные правила, проявляет упрямство).

Переутомление, как эмоциональное, так и физическое, приводит к тому, что бодрое состояние сменяется вялым. Движения ребенка становятся замедленными, он перестает играть, не хочет выполнять установленные правила. Иногда при утомлении у детей проявляются ранее сформированные автоматические движения (сосание пальцев, раскачивания, навязчивые движения). Такое поведение свидетельствует о временном понижении возбудимости центральной нервной системы.

Причинами переутомления могут быть различные неблагоприятные физические факторы окружающей среды (высокая температура помещения, недостаточная проветренность помещений, шум, плохое освещение). В душном помещении с высокой температурой воздуха утомление детей наступает скорее.

Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников.

1.3 Планируемые результаты освоения рабочей программы

У ребенка развита развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки;

Ребенок повторяет за взрослым простые имитационные упражнения;

Ребенок понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам;

Ребенок с желанием играет в подвижные игры.

1.4. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика проводится для определения эффективности педагогических действий и их дальнейшего планирования.

В группах раннего возраста диагностика индивидуального развития детей проводится 2 раза в год основе метода наблюдения: на этапе поступления (стартовая диагностика) в ДОО и в конце учебного года (завершающая диагностика).

На каждого ребенка заводится индивидуальная карта.

Индивидуальная карта развития

№	ФИО _____ Целевой ориентир	Старт			Финиш (май)		
		-	V	+	-	V	
1	У ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки						
2	Ребенок повторяет за взрослым простые имитационные упражнения						
3	Ребенок понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам						
4	Ребенок с желанием играет в подвижные игры						

Где:

- навык не сформирован

V навык в стадии формирования

+ навык сформирован.

По анализу полученных данных выстраивается взаимодействие с детьми: планируется индивидуальная работа, по показателям составляются индивидуальные образовательные маршруты как для успешного освоения образовательной Программы.

2. Содержательный раздел

2.1. Задачи образовательной деятельности ОО Физическое развитие

Задачи образовательной деятельности:

- обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазание, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве; поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;
- формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщения к здоровому образу жизни.

2.2. Содержание образовательной деятельности

Содержание	Описание	
Основная гимнастика	Основные движения: бросание, катание, ловля; ползание и лазанье; ходьба; бег; прыжки; упражнения в равновесии	В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения
	Общеразвивающие упражнения: упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса; упражнения для равновесия и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника; упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника; музыкально-ритмические упражнения (разученные на музыкальном занятии)	Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе сидя на стуле или на скамейке
Подвижные игры	Педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать как зайчики, помахать крылышками, как птичка и т.п)	
Формирование основ здорового образа жизни	Педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки,; поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закаливающим процедурам, выполнению физических упражнений	

2.3. Перспективное планирование образовательной деятельности

Задачи сентября: Побуждать детей к двигательной активности. способствовать развитию координации общих движений. Обучить детей ходьбе и бегу стайкой за педагогом, ходьбе стайкой за педагогом с перешагиванием через линии; скатыванию мяча по наклонной доске, прокатыванию мяча педагогу двумя руками стоя (раст. 50-100 см); ползанию на четвереньках до погремушки 3-4 м, (взяв ее, выпрямиться), ходьбе по дорожке шир. 20 см, дл. 2-3 м).

№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Сентябрь № 1,2	Ходьба стайкой за педагогом	Бег стайкой за педагогом	Скатывание мяча по наклонной доске	Ползание на животе, на четвереньках до погремушки 3-4 м (взяв ее, выпрямиться)		
Сентябрь № 3-4	Ходьба стайкой за педагогом	Бег стайкой за педагогом	Скатывание мяча по наклонной доске			Ходьба по дорожке шир. 20 см, дл. 2-3 м)
Сентябрь № 5-6	Ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии	Бег стайкой за педагогом	Прокатывание мяча педагогу двумя руками стоя (раст. 50-100 см)	Ползание на животе, на четвереньках до погремушки 3-4 м (взяв ее, выпрямиться)		
Сентябрь № 7-8	Ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии	Бег стайкой за педагогом	Прокатывание мяча педагогу двумя руками стоя (раст. 50-100 см)			Ходьба по дорожке шир. 20 см, дл. 2-3 м)

Задачи октября: Формировать умение ориентироваться в пространстве, сохранять устойчивое положение тела. Обучать ходьбе стайкой за педагогом с перешагиванием через палки, кубы; бегу стайкой в заданном направлении; прокатыванию мяча педагогу двумя руками сидя и стоя(раст. 50-100 см); прыжкам на двух ногах на месте 10-15 раз, ходьбе наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см.

№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Октябрь № 1-2	Ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через палки	Бег стайкой в заданном направлении	Прокатывание мяча педагогу двумя руками сидя (раст. 50-100 см)		Прыжки на двух ногах на месте 10-15 раз	
Октябрь № 3-4	Ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через палки	Бег стайкой в заданном направлении			Прыжки на двух ногах на месте 10-15 раз	Ходьба по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см
Октябрь № 5-6	Ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через кубы	Бег стайкой в заданном направлении	Прокатывание мяча друг другу двумя руками стоя (раст. 50-100 см)			Ходьба по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см
Октябрь № 7-8	Ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через кубы	Бег стайкой в разных направлениях		Ползание по доске, лежащей на полу	Прыжки на двух ногах на месте 10-15 раз	
Задачи ноября: формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям. Обучать ходьбе на носках, ходьбе с переходом на бег; прокатыванию мяча друг другу двумя руками сидя (раст. 50-100 см), прокатыванию мяча под дугу, в воротца, ходьбе по гимнастической скамейке. Упражнять в ползании по доске, лежащей на полу, прыжках на двух ногах на месте 10-15 раз.; ползанию по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см						
№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Ноябрь № 1,2	Ходьба на носках	Бег стайкой в разных направлениях	Прокатывание мяча друг другу двумя руками сидя (раст. 50-100 см)	Ползание по доске, лежащей на полу		

Ноябрь № 3,4	Ходьба на носках	Бег стайкой в разных направлениях	Прокатывание мяча друг другу двумя руками сидя (раст. 50-100 см)			Ходьба по гимнастической скамейке
Ноябрь № 5,6	Ходьба на носках	Бег между линиями, раст. Между линиями 40-40 см)	Прокатывание мяча под дугу, в воротца		Прыжки на двух ногах на месте 10-15 раз	
Ноябрь № 7,8	Ходьба с переходом на бег	Бег между линиями, раст. Между линиями 40-40 см)	Прокатывание мяча под дугу, в воротца		Прыжки с продвижением вперед через 1-2 параллельные линии (раст 10-20 см)	

Задачи декабря: обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики. Обучать ходьбе на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; бегу за катящимся мячом; остановке катящегося мяча.; перешагивании линий. Упражнять в ходьбе переходом на бег, ходьбе по гимнастической скамейке. Поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом

№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Декабрь № 1,2	Ходьба с переходом на бег	Бег между линиями, раст. Между линиями 40-40 см)	Остановка катящегося мяча		Прыжки с продвижением вперед через 1-2 параллельные линии (раст 10-20 см)	Ходьба по гимнастической скамейке
Декабрь № 3,4	Ходьба с переходом на бег	Бег за катящимся мячом	Остановка катящегося мяча	Ползание по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см		

Декабрь № 5,6	Ходьба на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад	Бег за катящимся мячом	Передача мячей друг другу стоя			Ходьба по гимнастической скамейке
Декабрь № 7,8	Ходьба на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад	Бег за катящимся мячом	Передача мячей друг другу стоя			Перешагивание линий
Задачи января: формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям. Развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве. Обучать ходьбе с предметом в руке (флажок, платочек, ленточка и другое), бегу с переходом на ходьбу и обратно; бросанию мяча от груди двумя руками снизу и из-за головы; ползанию по гимнастической скамейке, прыжкам в длину с места как можно дальше, через две параллельные линии 20-30 см. Упражнять в ходьбе на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; перешагивании линий.						
№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Январь № 1,2	Ходьба на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад	Бег с переходом на ходьбу и обратно	Бросание мяча от груди двумя руками снизу	Ползание по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см		
Январь № 3,4	Ходьба с предметом в руке (флажок, платочек, ленточка и другое)	Бег с переходом на ходьбу и обратно	Бросание мяча от груди двумя руками снизу		Прыжки в длину с места как можно дальше, через две параллельные линии 20-30 см	
Январь № 5,6	Ходьба с предметом в руке (флажок, платочек, ленточка и другое)	Бег с переходом на ходьбу и обратно	Бросание мяча от груди двумя руками из-за головы			Перешагивание линий
Январь № 7,8	Ходьба с предметом в руке	Бег с переходом на ходьбу и обратно		Ползание по гимнастической	Прыжки в длину с места как можно	

	(флажок, платочек, ленточка и другое)			скамейке	дальше, через две параллельные линии 20-30 см	
Задачи февраля: формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям. Обучать ходьбе враспынную, непрерывному бегу в течении 20 сек; бросанию предмета в горизонтальную цель с расстояния 100-125 см двумя руками; прыжкам вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка на 10-15 см; перешагиванию предметов выс. 10-15 см; ходьбе по извилистой дорожке. Упражнять в беге переходом на ходьбу и обратно, бросании мяча от груди двумя руками из-за головы.						
№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Февраль № 1,2	Ходьба враспынную	Бег с переходом на ходьбу и обратно	Бросание мяча от груди двумя руками из-за головы			Перешагивание предметов выс. 10-15 см
Февраль № 3,4	Ходьба враспынную	Непрерывный бег в течении 20 сек	Бросание предмета в горизонтальную цель с расстояния 100-125 см двумя руками	Ползание по гимнастической скамейке		
Февраль № 5,6	Ходьба враспынную	Непрерывный бег в течении 20 сек	Бросание предмета в горизонтальную цель с расстояния 100-125 см двумя руками		Прыжки вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка на 10-15 см	
Февраль № 7,8	Ходьба в заданном направлении	Непрерывный бег в течении 20 сек		Ползание по гимнастической скамейке		Ходьба по извилистой дорожке 2-3 м
Задачи марта: укреплять здоровье детей средствами физического воспитания. Обучать ходьбе между предметами, непрерывному бегу в течении 30 сек, бросанию предмета вдаль двумя руками; проползанию под дугой (30-40 см); ходьбе между линиями. Упражнять в ходьбе заданном направлении; прыжках вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка на 10-15 см; ходьбе по извилистой						

дорожке 2-3 м.						
№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Март № 1,2	Ходьба в заданном направлении	Непрерывный бег в течении 20 сек	Бросание предмета в горизонтальную цель с расстояния 100-125 одной рукой		Прыжки вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка на 10-15 см	
Март № 3,4	Ходьба в заданном направлении	Непрерывный бег в течении 30 сек	Бросание предмета в горизонтальную цель с расстояния 100-125 одной рукой	Проползание под дугой (30-40 см)		
Март № 5,6	Ходьба между предметами	Непрерывный бег в течении 30 сек	Бросание предмета вдаль двумя руками			Ходьба по извилистой дорожке 2-3 м
Март № 7,8	Ходьба между предметами	Непрерывный бег в течении 30 сек		Проползание под дугой (30-40 см)		Ходьба между линиями
Задачи апреля: обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики. Обучать ходьбе по кругу по одному; непрерывному бегу в течении 40 сек, бросанию предмета вдаль одной рукой, влезанию на лесенку- стремянку и спуск с нее произвольным способом, подъему без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны. Упражнять в ходьбе между предметами, бросании предмета вдаль двумя руками, прыжках на двух ногах на месте 10-15 раз						
№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Апрель № 1,2	Ходьба между предметами	Непрерывный бег в течении 40 сек	Бросание предмета вдаль двумя руками		Прыжки на двух ногах на месте 10-15 раз	
Апрель № 3,4	Ходьба по кругу по одному	Непрерывный бег в течении 40 сек	Бросание предмета вдаль одной рукой		Прыжки на двух ногах на месте 10-	

					15 раз	
Апрель № 5,6	Ходьба по кругу по одному	Непрерывный бег в течении 40 сек	Бросание предмета вдаль одной рукой			Подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны
Апрель № 7,8	Ходьба по кругу по одному	Непрерывный бег в течении 40 сек		Влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом		Подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны

Задачи мая: развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве; поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах. Обучать ходьбе по кругу парами, взявшись за руки, медленному бегу на расстояние 40-80 м, перебрасыванию мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребенка с расстояния 1-1,5 м, ловле мяча, брошенного педагогом с раст до 1 м, кружению на месте. Упражнять в ходьбе по кругу по одному, в прыжках в длину с места как можно дальше, через две параллельные линии 20-30 см

№ занятия	Ходьба	Бег	Бросание, катание, ловля	Ползание и лазанье	Прыжки	Упражнения в равновесии
Май № 1,2	Ходьба по кругу по одному	Медленный бег на расстояние 40-80 м	Перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребенка с расстояния 1-1,5 м		Прыжки в длину с места как можно дальше, через две параллельные линии 20-30 см	
Май № 3,4	Ходьба по кругу парами, взявшись за руки	Медленный бег на расстояние 40-80 м	Перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста			Кружение на месте

			ребенка с расстояния 1-1,5 м			
Май № 5,6	Ходьба по кругу парами, взявшись за руки	Медленный бег на расстояние 40-80 м	Ловля мяча, брошенного педагогом с раст до 1 м	Влезание на лесенку- стремянку и спуск с нее произвольным способом		
Май № 7,8	Ходьба по кругу парами, взявшись за руки	Медленный бег на расстояние 40-80 м	Ловля мяча, брошенного педагогом с раст до 1 м		Прыжки в длину с места как можно дальше, через две параллельные линии 20-30 см	

2.4. Образовательная деятельность в режимных процессах (ОО Физическое развитие)

В группах раннего возраста физкультурные занятия проводятся 2 раза в неделю в первой половине дня в спортивном зале.

Индивидуальная работа с детьми раннего возраста проводится в утреннее время и на прогулке.

Расписание физкультурных занятий

День недели	Группа	Время
Понедельник	1,7	09:00-09:10, 09:20-09:30
Вторник		
Среда	1,7	09:00-09:10, 09:20-09:30
Четверг		
Пятница		

2.5. Работа с родителями (законными представителями)

Деятельность инструктора по физкультуре по построению взаимодействия с родителями (законными представителями) детей раннего возраста

Направление	Деятельность инструктора
диагностико-аналитическое	получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, ее запросах в отношении охраны здоровья и развития ребенка; об уровне компетенции родителей (законных представителей) по вопросам особенностей физического развития детей раннего возраста; планирование работы с семьей с учетом проведенного анализа
просветительское	просвещение родителей (законных представителей) по повышению уровня компетенции в вопросах здоровьесбережения ребенка: информирование о фактах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребенка (рациональная организация режима дня для ребенка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребенком и другое) информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей раннего возраста, а также о возможностях ДОО в решении данных задач; знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями проводимыми в ДОО
консультационное	консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребенком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и другом

План работы с родителями на 2023-2024 учебный год

Дата	Форма работы	Тема	Цель
Сентябрь	Родительское собрание	«Давайте познакомимся»	Рассказать, что в ДОО дети занимаются физкультурой с инструктором, о целях и задачах физического развития в раннем возрасте, о том, как надо подготовить ребенка к занятиям.
	Консультация-передвижка	«Чему научатся дети в учебном году»	Познакомить с планируемыми результатами освоения программы по

			физическому развитию
Октябрь	Опрос	«Об уровне компетенции родителей (законных представителей) по вопросам особенностей физического развития детей раннего возраста»	Определить уровень компетентности в вопросах физического развития детей раннего возраста
	Консультация	«Для чего ребенку соблюдать режим дня»	Рассказать о необходимости соблюдения режима дня дома, влиянии соблюдения (не соблюдения) режима дня на здоровье детей раннего возраста
Ноябрь	Презентация	«Закаливание детей»	Рассказать о пользе раннего закаливания детей, познакомить со способами закаливания
	Обмен опытом	«Делай как я!»	Обмен опытом между родителями(законными представителями) о способах закаливания, применяемых в семьях.
Декабрь	Консультация-передвижка	«Подвижные игры зимой на воздухе»	Познакомить с подвижными играми детей раннего возраста на свежем воздухе
	Мастер-класс	«Ура! Игра»	На практике показать, как организовать подвижную игру с ребенком раннего возраста
Январь	Опрос	«Запросы родителей в отношении охраны здоровья и развития ребенка»	Узнать о запросах родителей в отношении охраны здоровья и развития детей раннего возраста
	Фотовыставка (от инструктора)	«Малыши-крепыши»	Знакомить с формами физкультурно-оздоровительной работы ДОО
Февраль	Консультация	«Домашний стадион	Познакомить с тем, как оборудовать спортивный уголок для детей раннего возраста дома

Март	Мастер-класс	«Тропа здоровья»	Изготовление массажных ковриков из подручных материалов.
	Консультация	«Вместе весело играть»	Знакомить с подвижными играми детей раннего возраста в весенний период
Апрель	Консультация-передвижка	«Чистота- залог здоровья»	Дать информацию о воспитании гигиенических навыков у детей раннего возраста
	Фотовыставка (от родителей)	«Дружим с Мойдодыром»	Воспитание гигиенических навыков в семьях
Май	Консультация	«Топ-топ, топает малыш»»	Рассказать о пользе пеших прогулок
	Мастер-класс	«Волшебный мяч»	Показать полезные упражнения на фитболе для укрепления здоровья детей раннего возраста

2.6. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы (КРР) ОО

Физическое развитие

С детьми раннего возраста КРР в ДОО направлена на обеспечение коррекции нарушений развития у различных детей (целевые группы), включая:

часто болеющих детей,

детей, испытывающих трудности в освоении образовательных программ, развитии, адаптации,

детей «группы риска»,

оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей,

Целевая группа	Направление работы
Часто болеющие дети	Часто болеющие дети характеризуются повышенной заболеваемостью острыми респираторными инфекциями, которые не связаны с врожденными и наследственными состояниями, приводящими к большому количеству пропусков ребенком в посещении ДОО. Детям, находящиеся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющим детям, свойственны: быстрая утомляемость, длительный период восстановления после заболевания и (или) его обострения (не менее 4-х недель), специфические особенности межличностного взаимодействия и деятельности (ограниченность круга общения больного ребенка, объективная зависимость от взрослых, стремление постоянно получать от них помощь). У таких детей в итоге появляются сложности в освоении программы и социальной адаптации. Направленность КРР: снижение тревожности; помощь в решении поведенческих проблем; создание условий для успешной социализации, оптимизации межличностного взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Включение часто болеющих детей в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основании медицинского заключения и рекомендаций ППК по результатам психолого педагогической диагностики.
Дети, испытывающие трудности в освоении образовательных программ, развитии, адаптации.	В эту группу могут входить дети мигрантов, испытывающие трудности с пониманием государственного языка российской Федерации на дошкольном уровне образования. Направление КРР: создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребенку. Психолого-педагогическое сопровождение детей данной целевой группы осуществляется в контексте общей программы адаптации ребенка к ДОО. В случаях выраженных проблем социализации, личностного развития и общей дезадаптации ребенка, его включают в программу КРР на основе заключения ППК или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.

Обучающиеся «группы риска»	Дети проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных появлений (импульсивность, агрессивность) Направленность КРР с обучающимися, имеющими девиации развития и поведения в раннем возрасте: помощь в решении поведенческих проблем; формирование адекватных, социально приемлемых способов поведения; развитие рефлексивных способностей; совершенствование способов саморегуляции. Включение ребенка «группы риска» в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого- педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.
---------------------------------------	--

2.7. Рабочая программа воспитания ОО Физическое развитие

1 Целевой раздел	
Цель	Формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными навыками и правилами безопасности
Ценности	Жизнь, здоровье
Целевые ориентиры воспитания детей раннего возраста (к трем годам) ОО Физическое развитие	Понимающий ценность жизни и здоровья, владеющий основными способами укрепления здоровья- физическая культура, закаливание, утренняя гимнастика, личная гигиена, безопасное поведение и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества
2. Содержательный раздел	
Задачи воспитания ОО Физическое развитие	Решение задач воспитания в рамках ОО Физическое развитие направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает: -формирование у ребенка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре; -становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническими нормами и правилами; -воспитание активности, самостоятельности, уверенности.
Формы деятельности сотрудничества с родителями (законными представителями) в процессе воспитательной работы	-родительское собрание; -опрос; -мастер-класс; -анкета; -консультация -стенд
События образовательной организации ОО Физическое развитие	-проекты воспитательной направленности -праздники -общие дела
Совместная деятельность в образовательных ситуациях ОО Физическое развитие	-ситуативная беседа, совет, вопрос; -заучивание потешек для подвижных игр и упражнений; -организация выставок семейных фотографий спортивной направленности
Организация предметно-пространственной	-компоненты среды, обеспечивающие ребенку возможности для укрепления здоровья, раскрывающие смысл здорового образа жизни, физической культуры (физкультурное оборудование, спортивный инвентарь);

ой среды	-компоненты среды, предоставляющие ребенку возможность погружения в культуру России, знакомства с особенностями традиций многонационального российского народа. (потешки, атрибуты к народным подвижным играм, другое); -компоненты среды, обеспечивающие детям возможность общения, игры и совместной деятельности (спортивный инвентарь)
3 Организационный раздел	
Нормативно-методическое обеспечение.	Практическое руководство «Воспитателю о воспитании» электронный ресурс институтвоспитания.рф.

3. Организационный раздел.

3.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды

РППС рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающей развитие детей.

При проектировании РППС учитываются местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия; возраст уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования; задачи образовательной программы для детей раннего возраста.

РППС соответствует требованиям ФГОС ДО, образовательной программе ДОО, возрастным особенностям детей; воспитательному характеру обучения детей; требованиям безопасности и надежности.

Наполняемость РППС спортивного зала

№	Спортивное оборудование для обучения основным движениям, общеразвивающим упражнениям	Необходимо для реализации программы	Есть в наличии	Необходимо дополнить
Для детей 2-3 лет				
1	гимнастическая палка дл.50 см	20 шт	+	
2	платочек 40х40 см.	20 шт	+	
3	флажок цветной	40 шт	+	
4	ленточка атласная цветная	20 шт	+	
5	кубик пластмассовый 5х5 см	40 шт	+	
6	мяч диаметр 20 см	20 шт	+	
7	мяч диаметром 15 см	20 шт	+	
8	шарик пластмассовый цветной	40 шт	+	
9	погремушка	40 шт	+	
10	обруч малый	20 шт	+	
11	наклонная доска шир. 20 см, дл. 1,5 м	2 шт	+	
12	воротца, дуга выс 30-40 см	3 шт	+	
13	сетка волейбольная	1 шт	+	
14	стойка (крепеж) для крепления сетки	2 шт	+	
15	гимнастическая доска шир.20 см, дл.2 м.	2 шт	+	
16	гимнастическая скамья шир 20 см, выс. 15 см, дл. 1.5 м.	2 шт.	+	
17	лесенка-стремянки	1 шт	+	
18	дорожка шир. 20 см, дл. 2-3 м.	2 шт	+	

3.2 Технические средства обучения

№	Наименование	Необходимо для реализации программы	Есть в наличии	Необходимо дополнить
1	Ноутбук	1 шт	+	
2	Музыкальный центр	1 шт	+	
3	Ч/б принтер с расходниками	1 шт	+ _	

3.3. Методическое обеспечение программы.

С.Ю. Федорова «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада»

Приложение

Список музыкальных произведений для детей раннего возраста (для использования на физкультурных занятиях).

Песни

Наша погремушка муз. И. Арсеев, сл. И. Чергицкой

Вот как мы умеем , марш, бег, муз. Е. Тиличевой, сл. Френкель

Кошечка муз. в. Витлина, сл. Н. Найденовой

Пляска с платочком муз. Тиличевой, сл. И. Грантовской

Музыкально-ритмические движения

Дождик муз. И сл. Е. Макшанцевой

Воробушки, погремушка, попляши, колокольчик, погуляем, муз. И. Арсеева, сл. И. Черницкой

Вот как мы умеем , марш, бег, муз. Е. Тиличевой, сл. Френкель

Музыкальные игры

Игра с мишкой муз. Г. Финаровского

Котик и козлик муз. Ц. Кюи.