

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Василёк»

ПРИНЯТО

решением педагогического Совета
Протокол № 1 от 31.08.2023 года

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий МАДОУ «Детский сад «Василёк»
_____ Тимонина Т.М.

Приказ от 01.09.2023 года № 202-ОД

Рабочая программа

**Образовательная область «Физическое развитие»
для детей группы № 1 общеразвивающей направленности от 2 до 3 лет.**

Составители: Молчанова И.А., воспитатель,
Вязовова Н.Ю., воспитатель.

2023 год

Пояснительная записка

Целью рабочей программы является создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе. Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения.

Для достижения целей программы первостепенное значение имеют:

создание в группах атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволит растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;

• максимальное использование разнообразных видов детской деятельности; их интеграция в целях повышения эффективности образовательного процесса;

• творческая организация (креативность) воспитательно-образовательного процесса;

• вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка;

• уважительное отношение к результатам детского творчества;

• единство подходов к воспитанию детей в условиях ДОУ и семьи.

Третий год жизни – важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат развит еще сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребенок еще не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Все это необходимо учитывать при организации работы по физическому развитию.

Направление «Физическое развитие» включает образовательные области «Здоровье» и «Физическая культура», содержание которых направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирование основы культуры здоровья, интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, воспитание культурно-

гигиенических навыков, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации), накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладения основными движениями), формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Данная рабочая программа разработана на основе основной образовательной программы дошкольного образования МАДОУ «Детский сад «Василек», комплексной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой и в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Цель: охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья, интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.

Эти цели достигаются через решение следующих **задач:**

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладения основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Возрастные особенности развития детей 2-3 лет.

Дети третьего года жизни очень активны, стараются действовать самостоятельно, совершая много разнообразных движений с использованием разных пособий (ходьба по скамейке, лазанье и ползание под столом, стульями, прокатывание шарика, мяча, бросание мяча и различных предметов, ходьба по ограниченной опоре с сохранением равновесия и др.).

Самостоятельная двигательная активность в этом возрасте связана с обыгрыванием разных предметов и игрушек. Дети тянутся за игрушкой, наклоняются, влезают на куб, прилагают определенные усилия, чтобы достать тот или иной предмет или пособие.

Существенное значение для развития моторики имеет возникновение сюжетной игры. Однако наблюдения показывают, что часто при этом малыши двигаются недостаточно. Их игры носят малоподвижный характер. Так,

все действия с куклой, мишкой, зайчиком и другими выполняются главным образом в процессе сидения, стояния или ходьбы.

Движения ребенка 3-го года жизни еще недостаточно сформированы как произвольные, они часто хаотичны и непреднамеренны. В освоении движений и проявлении двигательной активности значительную роль у малышей играет способность подражать знакомым образам, имитируя животных, птиц, транспорт и т. д. Можно наблюдать, как ребенок самостоятельно проявляет свою двигательную активность в играх с образными игрушками. Например, прыгает с зайчиком, убегает от волка, подлезает под дуги, прячется в туннеле и т. д. Малыши стараются подражать действиям взрослого, но при этом они не придерживаются точно заданной формы движения. Для них главное – многократно самостоятельно повторять действия, при этом они ощущают огромную радость.

Значительно увеличивается двигательная активность детей 2–3 лет в процессе игр с использованием физкультурных пособий. Их действия с пособиями достаточно просты. Например, ребенок берет обруч, лежащий на полу, садится в него, представляя, что это домик, затем бежит к лисичке и садится вместе с ней. Потом берет зайку, мишку и т. п. и опять кладет их в свой «домик» и т. д. Другой малыш может использовать обруч в качестве руля автомобиля. Из веревки, скакалки дети способны также соорудить дом (выложить на полу круг), построить заборчик из гимнастических палок, используя при этом такие действия, как перешагивание, подлезание.

Если проанализировать действия ребенка, то можно заметить, что они выполняются в различных комбинациях и пространственно-временных соотношениях (разное направление, скорость, темп и т. д.). Для педагога важно находить рациональное сочетание пособий и движений, не допускать их однообразия. В таких условиях у детей быстро появляется умение переносить уже хорошо знакомые движения в новую обстановку. В процессе руководства двигательной активностью малышей следует обращать внимание на то, чем они заняты, и в случае необходимости переключать их с одного вида деятельности на другой. Учитывая быструю утомляемость младших дошкольников от однообразных движений и поз, их неумение регулировать свою двигательную активность, важно постоянно следить за сменой движений и чередованием их с отдыхом.

Двух-, трехлетние дети любят выполнять поручения взрослых, поэтому их чаще надо привлекать к расстановке и уборке пособий. Педагог должен поддерживать интерес малышей к разным физкультурным пособиям с помощью внесения новизны в их использование (установка нового пособия, перестановка его с одного места на другое, усложнение двигательной задачи с одним и тем же пособием).

Для того чтобы каждый ребенок в возрасте от 2 до 3 лет проявлял свою двигательную активность в разных видах деятельности, необходимо иметь в группе достаточный набор физкультурного оборудования.

Планируемые результаты как целевые ориентиры освоения программы.

- самостоятельно одеваться и раздеваться в определенной последовательности;

- проявлять навыки опрятности (замечают беспорядок в одежде, устраняют его при небольшой помощи взрослых);
 - при небольшой помощи взрослого пользоваться индивидуальными предметами (носовым платком, полотенцем, салфеткой, расческой, горшком);
 - самостоятельно есть;
 - ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга;
 - прыгать на двух ногах на месте и с продвижением вперед;
 - брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч;
 - ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через бревно, лежащее на полу.

Режим реализации программы

Общее количество образовательных ситуаций в год	Количество образовательных ситуаций в неделю	Длительность образовательной ситуации	Форма организации образовательного процесса
76	2	не более 10 минут	подгрупповая

Содержательный раздел рабочей программы

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.).

Формы работы

<i>Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей</i>	<i>Воспитание культурно-гигиенических навыков</i>	<i>Представления о здоровом образе жизни</i>
<p>Утренняя гимнастика Физкультминутки Бодрящая гимнастика «Веселые погремушки» «Мой веселый звонкий мяч» «Игрушки» «На прогулке» «Солнышко проснулось» «Наше солнышко встает» «Ворон-воронок» «Мячик» Пальчиковая гимнастика «Пальчики», «Пальчики в лесу», «Сорока», «Прятки» Дыхательная гимнастика «Ветерок», «Море» «Сдуй листик», «Снежинки», «Снежок кружится» Самомассаж «Неболея», «Ворон», «Коток» «Ладушки», «Мои ладошки» Психогимнастика «Про курицу», «Белка с бельчатами», «Веселые гуси», «Больная кукла» Подвижные игры «Пляшут малыши», «Бегите ко мне», «Прячем мишку», «Наседка и цыплята», «Огуречик», «Солнышко и дождик», «Поезд», «Пузырь», «Птички в гнездышках», «Все захлопали в ладошки», «Тучи и ветер», «Воробушки и автомобиль»,</p>	<p>Беседы «Как нужно ухаживать за собой» «Если я сделаю так» «Как мы будем кушать?» «Готовим компот (суп, салат) «Правила поведения в транспорте» «Правила поведения на улице» «Люди и машины» д.)» Общение «Зачем нужен носовой платок» «Для чего нужна вода?» Игровые ситуации «Кукла Катя хочет есть» «Каждой игрушке (вещи) свое место» Мишутка потерял сапоги» «Помоги другу одеться» «Научим зайку правильно кушать» «Оденем куклу Катю на прогулку» «Кукла Катя пришла с прогулки» «Учимся мыть руки» «Научим куклу Олю быть аккуратной» «Научим мишку правильно кушать» «Научим зайку мыть руки» «Поможем куклу Оле умыться» «Купаем куклу Машу» «Невоспитанный Хрюша» «Мы пришли в кафе»</p>	<p>Беседы «Как нельзя делать» «Наши глазки» «Что мы будем кушать?» Дидактические игры «Язычок - наш помощник» «Наши глазки» «Где у куклы Кати... (ушки, глазки, губки, ротик и т.д.)» «Это - Я!» «Носы-носики-носищи» Общение «Наши глазки, ушки, Носики - быть здоровыми должны» «Ушки, чтобы слышать, глазки - видеть, а носик – нюхать» «Как я двигаюсь» «Почему мы кушаем» «Наши зубы» «Мы не хотим болеть» «Болеть – это плохо» Проблемные ситуации «Что делать, если поднялась температура?» «У куклы Тани заболело горло»</p>

<p>«Догони меня», «Самолеты», «Снежинки и ветер», «Поезд», «Прибежали в уголок», «Курочка-хохлатка», «Куры и петушок», «Мороз-красный нос», «Снежная карусель», «Лиса в курятнике», «Найди снегурочку», «Мой веселый звонкий мяч», «Лохматый пес», «Кот и воробушки»</p> <p>С/ упражнения</p> <p>«Кошечка крадется» «Все дальше, все выше» «Через ручеек» «Поймай –подбрось мяч» «Проползи в ворота» «Догони мяч» «Кидаем мячик» «Пройди не задень» «Прокати мяч в ворота» «Лови мяч» «Перешагни через предмет» «Пройди по мостику» «Быстрее-медленнее» «Доползи до игрушки»</p> <p>Игры-имитации «Собачки», «Котята», «Воробушки», «Вороны», «Бабочки», «Жуки»</p> <p>Игры малой подвижности «Угадай, где звенит?», «Катаем мячи», «Целься вернее»</p> <p>Хороводные игры «Пузырь», «Каравай», «Ходит Ваня», «Кто у нас хороший», «Зайка-заинька», «Карусели»</p>	<p>«Кто у нас самый аккуратный» «Научим Незнайку застегивать сандалии»</p> <p>Дидактические игры</p> <p>«Туфельки поссорились - подружились» «Сделаем из носочков гармошку» «Покажем мишке, где лежат наши вещи» «Уложим куклу Машу спать» «Помоги няне накрыть на стол» «Что правильно, а что нет» «Как нужно ухаживать за собой» «Умоем Хрюшу» «Наведем порядок в группе» «Если я сделаю так» «Кто спрятался» «Как нужно ухаживать за собой» «Умоем Хрюшу» «Наведем порядок в группе» «Кто спрятался» «Мишутка потерял сапоги» «Помоги другу одеться»</p> <p>Рассматривание картинок, картин «Дети моют ручки», «Мама моет дочку»</p> <p>Потешки, стихи</p> <p>«Водичка-водичка» «Ускользает, как живое, но не выпущу его я. Белой пеной пенится руки мыть не ленится...» «Кран откройся» «Что у меня есть?» «Умница Катенька» «Наша Маша маленька» «Катя в яслях» «Аленушка» «Гуси лебеди летели» (Александрова)</p>	<p>(ушко, зуб, ручка и т.д.)»</p> <p>Чтение художественной литературы</p> <p>«Мойдодыр» К.Чуковский «Витамины» Л. Зильберг Потешки и попевки о человеке, его здоровье и теле</p> <p>Дидактические игры «Ручки - хватайки, Ножки - побегайки», «Ручки и ножки», «Найди предмет», «Разноцветные игрушки», «Найди такой же предмет»</p> <p>Игра</p> <p>«Вижу - не вижу» «Ветерок под носом» «Дышим носиком»</p> <p>Экскурсия в медицинский кабинет</p> <p>Наблюдение</p> <p>Рассматривание иллюстраций</p>
---	--	--

Комплексно-тематическое планирование

№ занятия, недели	Физическая культура	Здоровье
1	2	3
Сентябрь		
<p>Задачи на месяц: Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать укрепление и охрану здоровья детей.</p> <p>Оборудование на месяц: Малые мячи, обручи, флажки скамейки, дуги, верёвка, игрушки (лиса, мишка), горка, колокольчик, колечки, воротца.</p>		
1-я неделя		
1	Оценка индивидуального физического развития детей по образовательной области «Физическое развитие» С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.81	1. Целевая прогулка по территории детского сада «Порадуемся солнышку».
2	Оценка индивидуального физического развития детей по образовательной области «Физическое развитие» С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.81	2. Приучение детей к мытью рук после рисования, лепки, перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем. 3. Дидактическая игра «Расскажи и покажи» (воспитатель предлагает детям показать Колобку, где у них глазки, ушки, носик, язычок и т. д.). 4. Игровые ситуации «Оденем куклу на прогулку», «Причешем куклу», «Накормим куклу», «Кукла заболела». 5. Изобразительная деятельность «Украсим носовой платочек» (воспитатель объясняет детям назначение носового платка, предлагает украсить платки (квадратные листы бумаги) узором)
2-я неделя		
3	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.23 , сентябрь, комплекс №1, план занятий №1	1. Выполнение игровых действий по подражанию «Где же наши ручки?».
4	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.24 , сентябрь, комплекс №1, план занятий №2	2. Дыхательное упражнение «Часики». 3. Гимнастика после сна «Потягушки-потягушеньки». 4. Игра на прогулке «Вертушки» (детям предлагается подуть на вертушки или подставить их ветру). 5. Беседа с родителями об организации двигательной активности

		<p>детей.</p> <p>6. Обучение детей порядку одевания и раздевания; при небольшой помощи взрослого учить снимать одежду, обувь.</p> <p>7. Самомассаж (детям предлагается погладить свои ладошки, локотки, плечи, коленки, живот).</p> <p>8. Игровая ситуация «У куклы заболел зуб».</p> <p>9. Лепка яблок для кукол</p>
--	--	---

3-я неделя

5	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.25 , сентябрь, комплекс №1, план занятий №3	1. Приучение к мытью рук и умыванию с одновременным прослушиванием русской народной песенки «Водичка, водичка...».
6	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.25 , сентябрь, комплекс №1, план занятий №4	<p>2. Дыхательное упражнение «Подуем на ладошки».</p> <p>3. Гимнастика для глаз (дети следят глазами за предметом).</p> <p>4. Самомассаж (дети поглаживают щеки, уши, нос, шею).</p> <p>5. Ходьба босиком по ребристым дорожкам.</p> <p>6. Чтение чешской нар. песенки «Дай молочка, буренушка...».</p> <p>7. Ритмическая гимнастика под музыкальную композицию «Бубен» (рус. нар. музыка, сл. Е. Макшанцевой)</p>

4-я неделя

7	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.26, сентябрь, комплекс №2, план занятий №5	<p>1. Учить детей правильно держать ложку во время еды.</p> <p>2. Дыхательные упражнения «Подуем на бабочку».</p> <p>3. Гимнастика для глаз (дети следят глазами за предметом).</p>
8	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.26, сентябрь комплекс №2 план занятий №6	<p>4. Мытье рук прохладной водой.</p> <p>5. Инсценировка русской народной песенки «Ладушки».</p> <p>6. Ритмическая гимнастика под музыкальную композицию «Вот как мы умеем» (муз. Е. Тиличевой, сл. Н. Френкель).</p> <p>7. Игровая ситуация «Научим куклу Катю пользоваться платочком»</p>

Октябрь

Задачи на месяц: Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве.

Оборудование на месяц: Мячи малые, обручи, платочки, стульчики, дуги, веревка, игрушки (мишка, лиса), колокольчик, колечки, большая пирамидка, тканевые комочки, погремушки, скамейки, воротца.

1-я неделя

9	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.27, сентябрь, комплекс №2 план занятий №7	1. Целевая прогулка по территории детского сада «Деревья – наши друзья».
10	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.27, сентябрь, комплекс №2 план занятий №8	2. Приучение детей к порядку одевания и раздевания на примере куклы. 3. Дидактическая игра «Расскажи и покажи» (воспитатель предлагает детям показать части тела: живот, руки, ноги, шея). 4. Игровые ситуации «Уложим куклу спать», «Кукла танцует», «Накормим куклу», «Кукла собирается в гости». 5. Изобразительная деятельность «Украсим шарфик узором» (воспитатель объясняет детям назначение верхней одежды, предлагает детям украсить шарфики (полосы бумаги) узором).
2-я неделя		
11	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.30, октябрь, комплекс №1 план занятий №9	1. Выполнение игровых действий по подражанию «Где же наши ручки?».
12	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.30, октябрь, комплекс №1 план занятий №10	2. Дыхательное упражнение «Пузыри». 3. Гимнастика после сна «Потягушки-потягушеньки». 4. Игра на прогулке «Султанчики» (детям предлагается подуть на султанчики (узкие ленты или полосы бумаги, целлофана, прикрепленные на палочку) или подставить их ветру). 5. Беседа с родителями об организации закаливания детей в домашних условиях.
3-я неделя		
13	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.31, октябрь, комплекс №1 план занятий №11	1. Целевая прогулка по территории детского сада «Осенние листочки».
14	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.31, октябрь, комплекс №1 план занятий №12	2. Приучение детей к правильному одеванию одежды и обуви, аккуратному складыванию снятой одежды в определенном порядке. 3. Самомассаж (дети поглаживают свои пальчики и ладони). 4. Пальчиковая гимнастика «Мой мизинчик, где ты был?»
4-я неделя		
15	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.32, октябрь, комплекс №2	1. Выполнение игровых действий по подражанию «Где же наши

	план занятий №13	ручки?».
16	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.33, октябрь, комплекс №2, план занятий №14	<ol style="list-style-type: none"> 2. Дыхательное упражнение «Часики». 3. Гимнастика после сна «Потягушки-потягушеньки». 4. Беседа с родителями об организации режима для детей. 5. Самомассаж (детям предлагается погладить свои ладошки, локотки, плечи, колени, живот). 6. Игровая ситуация «У куклы заболел живот».

5-я неделя

17	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.33, октябрь, комплекс №2, план занятий №15	<ol style="list-style-type: none"> 1. Целевая прогулка по территории детского сада «Наблюдение за птицами». 2. Приучение детей к мытью рук после рисования, лепки, перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем.
18	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.33, октябрь, комплекс №2, план занятий №16	<ol style="list-style-type: none"> 3. Отгадывание загадки: Нескучаюшки-подружки Днем и ночью вместе. Если делают ватрушки – Обе будут в тесте! 4. Игра малой подвижности «Вот помощники мои, их как хочешь поверни...»

Ноябрь

Задачи на месяц: Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненные движения. Развивать интерес к подвижным играм и физическим упражнениям.

Оборудование на месяц: Мячи малые и средние, обручи, кубики, мягкие модули, дуги, воротца, верёвка, горка, игрушки небольшого размера, гимнастические скамейки, гимнастические палки, колокольчик, погремушки, бубен.

1-я неделя

19	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.36, ноябрь, комплекс №1, план занятий №17	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей правильно держать ложку во время еды. 2. Дидактическая игра «Как беречь наши руки?». 3. Гимнастика для глаз (дети следят глазами за предметом).
20	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.37, ноябрь, комплекс №1, план занятий №18	<ol style="list-style-type: none"> 4. Мытье рук прохладной водой. 5. Инсценировка русской народной потешки «Идет коза рогатая...». 6. Ритмическая гимнастика под музыкальную композицию «Бубен» (рус. нар. мелодия, сл. Е. Макшанцевой)

2-я неделя		
21	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.37, ноябрь, комплекс №1, план занятий №19	1. Выполнение игровых действий по подражанию «Где же наши ручки?».
22	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.38, ноябрь, комплекс №1, план занятий №20	2. Дыхательное упражнение «Часики».
		3. Гимнастика после сна «Потягушки-потягушеньки».
		4. Игра на прогулке «Вертушки» (детям предлагается подуть на вертушки или подставить их ветру).
		5. Элементы одевания и раздевания (при небольшой помощи взрослого учить снимать одежду, обувь).
		6. Беседа с родителями об организации двигательной активности детей.
		7. Обучение детей порядку.
3-я неделя		
23	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.39, ноябрь, комплекс №2, план занятий №21	1. Целевая прогулка по территории детского сада «Что изменилось на улице?».
24	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.39, ноябрь, комплекс №2, план занятий №22	2. Дидактическая игра «Оденем куклу на прогулку» (ознакомление с сезонной (зимней) одеждой на примере одевания куклы).
		3. Сюжетная игра «Покатаем куклу на санках» (объяснить правила безопасности при катании на санках).
		4. Лепка витаминов для игрушек (учить скатывать шарики из комочков пластилина)
4-я неделя		
25	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.40, ноябрь, комплекс №2, план занятий №23	1. Целевая прогулка по территории детского сада «Что изменилось на улице?».
26	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.40, ноябрь, комплекс №2, план занятий №24	2. Дидактическая игра «Оденем куклу на прогулку» (ознакомление с сезонной (зимней) одеждой на примере одевания куклы).
		3. Сюжетная игра «Покатаем куклу на санках» (объяснить правила безопасности при катании на санках).
		4. Лепка витаминов для игрушек (учить скатывать шарики из комочков пластилина).
		5. Дыхательные упражнения «Надуем шарик», «Сдуем снежинки с ладошки»

Декабрь

Задачи на месяц: Формировать умение в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Совершенствовать грациозность, выразительность движений. Обеспечивать укрепление и охрану здоровья.

Оборудование на месяц: Мячи малые, деревянные кубы, обручи, флажки, гимнастические скамейки, дуги, верёвка, гимнастическое бревно, воротца.

1-я неделя

27	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.43, декабрь, комплекс №1, план занятий №25	1. Выполнение игровых действий по подражанию «Что мы делаем на улице?». 2. Дыхательное упражнение «Снежинки».
28	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.43, декабрь, комплекс №1, план занятий №26	3. Гимнастика после сна «Потягушки-потягушеньки». 4. Игры на прогулке с вертушками, султанчиками, погремушками. 5. Беседа с родителями об организации двигательной активности детей. 6. Самомассаж (детям предлагается погладить свои ладошки, локотки, плечи, колени, живот). 7. Приучение детей к культурно-гигиеническим процедурам (умываться, мыть руки, одеваться по погоде, аккуратно есть)

2-я неделя

29	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.44, декабрь, комплекс №1, план занятий №27	1. Выполнение действий по подражанию «Что мы делаем в группе?». 2. Дыхательное упражнение «Пузыри».
30	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.44, декабрь, комплекс №1, план занятий №28	3. Гимнастика после сна «Потягушки-потягушеньки». 4. Игра на прогулке с природным материалом (шишками, желудями, крупными семенами растений и т. д.). 5. Беседа с родителями об организации закаливания детей в домашних условиях. 6. Рассматривание картинок с изображением зимней одежды и обуви, обсуждение значения теплых вещей зимой. 7. Самомассаж после прогулки: детям предлагается размять руками стопы и пальцы ног, потереть колени.

3-я неделя

31	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.45, декабрь, комплекс №2, план занятий №29	1. Приучение к мытью рук и умыванию с одновременным прослушиванием русской народной песенки «Водичка, водичка...».
32	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.46, декабрь, комплекс №2, план занятий №30	2. Дыхательное упражнение «Согреем ладошки». 3. Гимнастика для глаз (дети следят глазами за предметом). 4. Ходьба босиком по ребристым дорожкам. 5. Ритмическая гимнастика под музыкальную композицию «Упражнения со снежками» (муз. Г. Финаровского)

4-я неделя

33	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.46, декабрь, комплекс №2, план занятий №31	1. Выполнение игровых действий по подражанию: «согреем ручки», «потопаем ногами» и т. д. 2. Дыхательное упражнение «Снежинки».
34	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.47, декабрь, комплекс №2, план занятий №32	3. Выполнение гимнастики после сна «Потягушки-потягушеньки». 4. Игры на прогулке с пластмассовыми лопатками и формочками. 5. Беседа с родителями об организации двигательной активности детей. 6. Самомассаж (детям предлагается погладить свои ладошки, локотки, плечи, колени, живот). 7. Приучение детей к самостоятельному мытью рук по мере загрязнения и перед едой; насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем.

Январь

Задачи на месяц: Способствовать психофизическому развитию детей. Учить выразительности движений. Обеспечивать закаливание организма детей.

Оборудование на месяц: Мячи малые, обручи, платочки, стульчики, дуги, верёвка, игрушки (мишка, лиса), ленты, гимнастическое бревно, гимнастические скамейки и палки, погремушки.

1-я неделя

35	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.49, январь, комплекс №1, план занятий №33	1. Выполнение ритмических действий по подражанию под музыку (на усмотрение педагога). 2. Дыхательное упражнение «Дудочка».
36	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.49, январь, комплекс №1,	3. Гимнастика после сна «Потягушки-потягушеньки». 4. Подвижные игры на прогулке «Зайка», «Автомобиль»,

	план занятий №34	«Догонялки с персонажами». 5. Самомассаж (детям предлагается погладить свои ладошки, локотки, плечи, колени, живот). 6. Игровые ситуации «У мишки болит живот», «Кукла Катя не хочет мыть руки» (совместное обсуждение ситуаций). 7. Рисование кругов на варежке (силуэте, вырезанном из бумаги).
2-я неделя		
37	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.50, январь, комплекс №1, план занятий №35	1. Приучение детей к использованию индивидуальных предметов (носовой платок, салфетка, полотенце, расческа, горшок). 2. Дидактическая игра «Как беречь наши ноги?».
38	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.51, январь, комплекс №1, план занятий №36	3. Гимнастика для глаз (дети смотрят на маленький круг, прикрепленный на окно, а затем вдаль). 4. Мытье рук и лица прохладной водой. 5. Инсценировка русской народной потешки «Большие ноги шли по дороге...». 6. Музыкальная подвижная игра «Мышки и кот» в сопровождении пьесы «Полька» (муз. К. Лоншан-Друшкевичевой).
3-я неделя		
39	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.51, январь, комплекс №2, план занятий №37	1. Целевая прогулка по территории детского сада «Порадуемся снегу». 2. Приучение детей к мытью рук после рисования, лепки, перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем.
40	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.52, январь, комплекс №2, план занятий №38	3. Дидактическая игра «Расскажи и покажи» (воспитатель предлагает детям показать, где у куклы глазки, ушки, носик, руки, ноги, живот и т. д.). 4. Игровые ситуации «Оденем куклу на прогулку», «Причешем куклу», «Накормим куклу»
4-я неделя		
41	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.52, январь, комплекс №2, план занятий №39	1. Целевая прогулка по территории детского сада «Какая погода на улице?». 2. Приучение детей к правильному надеванию одежды и обуви,
42	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных	аккуратному складыванию снятой одежды в определенном

	занятий с детьми 2-3лет», стр.53, январь, комплекс №2, план занятий №40	<p>порядке.</p> <p>3. Игра средней подвижности «Карусель» (дети берутся за концы лент круглой «карусели», идут по кругу, ускоряя или замедляя темп по сигналу педагога).</p> <p>4. Дидактическая игра «Как беречь свое здоровье» (педагог показывает детям иллюстрации с изображением детей, нарушающих правила здоровьесбережения, предлагает детям рассказать об изображенном, объясняет, что следует делать, чтобы не навредить своему здоровью).</p>
--	---	--

Февраль

Задачи на месяц: Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма.

Оборудование на месяц: Мячи, кубики, обручи, мягкие модули, дуги, верёвка, гимнастическая доска, валик, гимнастические палки, горка, игрушки небольшого размера, скамейки, погремушки, бубен, воротца.

1-я неделя

43	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.55, февраль, комплекс №1, план занятий №41	1. Дидактическая игра «Для чего нужны глаза, уши...» (формирование представления о назначении каждого органа: глаза – смотреть, уши – слушать, нос – нюхать и т. д.).
44	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.56, февраль, комплекс №1, план занятий №42	2. Дыхательная гимнастика «Вдох – выдох». 3. Мытье рук и лица прохладной водой.

2-я неделя

45	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.56, февраль, комплекс №1, план занятий №43	1. Игра «Купание Наташи» (музыкально-двигательный показ действий купания куклы под пение воспитателя («Наташе, Наташе таз...») (рус. нар. мелодия, сл. Н. Френкель).
46	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.57, февраль, комплекс №1, план занятий №44	<p>2. Целевая прогулка «Физкультура на улице» (дети выполняют простейшие движения по показу педагога).</p> <p>3. Ознакомление с правилами гигиены: нужно мыть руки водой с мылом несколько раз в день; нужно причесываться, вытирать нос платком, аккуратно есть ложкой.</p> <p>1. Дыхательное упражнение «Паровозик» (побуждать детей произносить звукоподражание «Ту-ту!»).</p>

		<p>2. Ходьба босиком по «тропе здоровья».</p> <p>3. Ознакомление с правилами здоровьесбережения: нельзя ходить босиком по острым предметам; летом нужно закалять ноги, бегая по песку босиком; каждый день нужно мыть ноги).</p> <p>4. Выполнение упражнений для предупреждения плоскостопия: ходьба на носках, ходьба по палке, перекачивание левой и правой стопой поочередно теннисного мячика.</p> <p>5. Исполнение музыкально-ритмических движений под плясовую песенку «Уж я топну ногой...»</p>
3-я неделя		
47	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.58, февраль, комплекс №2, план занятий №45	1. Игра «Сбей пирамиду» (прокатывание мяча в пирамиду из двух кубиков, построенную детьми под руководством педагога).
48	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.58, февраль, комплекс №2, план занятий №46	<p>2. Ходьба по корригирующим дорожкам.</p> <p>3. Анкетирование родителей по организации двигательной активности детей дома.</p> <p>4. Ходьба по территории детского сада.</p> <p>5. Гимнастика в постели после сна.</p> <p>6. Дидактическая игра «В какие игры играют на улице?» (педагог показывает детям инвентарь для прогулок и предлагает рассказать, как можно играть с этими предметами).</p> <p>7. Подвижные игры «Птички в гнездышках», «Мыши и кот», «Трамвай».</p>
4-я неделя		
49	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.59, февраль, комплекс №2, план занятий №47	1. Чтение и инсценировка стихотворения И. Саксонской «Где мой пальчик».
50	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.60, февраль, комплекс №2, план занятий №48	<p>2. Выполнение упражнений для пальцев «Кулачки», «Встряхивание», «Пальчики здороваются», «Массаж пальцев», «Счет пальцев».</p> <p>3. Беседа-рассуждение «Зачем нужны руки?».</p> <p>4. Дидактическая игра «Чудесный мешочек».</p> <p>5. Игра-забава «Жмурки».</p> <p>6. Игра «Надуй шарик».</p> <p>7. Гимнастика для язычка: цоканье языком, как лошадка;</p>

		длительное произнесение звука «д-д-д»; «Погладим зубки» (кончиком языка упереться в нёбо, а затем водить им по острому краю верхних и нижних зубов)
Март		
Задачи на месяц: Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укрепление здоровья.		
Оборудование на месяц: Мячи малые, обручи, флажки, скамейки, дуги, верёвка, гимнастические палки, бревно, лестница-стремянка, гимнастическая доска, горка, кубики, воротца.		
1-я неделя		
51	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.62, март, комплекс №1, план занятий №49	1. Дыхательные упражнения «Паровозик», «Бабочки». 2. Подвижная игра «Сбей кеглю». 3. Ходьба по массажным коврикам.
52	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.62, март, комплекс №1, план занятий №50	4. Игра «Перенеси больше предметов» (перенести кубики на свой стул). 5. Консультация для родителей «Меры предосторожности при ОРЗ». 6. Подлезание под стулья разной величины, высоты; под палку, положенную на спинки двух стульев. 7. Игра-путешествие по территории детского сада с преодолением препятствий: перешагивание ямок, огибание луж, ходьба по бровкам. 8. Самомассаж ручными массажерами
2-я неделя		
53	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.63, март, комплекс №1, план занятий №51	1. Дидактическая игра «Что мы надеваем на ноги?» (детям предлагается найти среди картинок с изображением разных предметов обувь).
54	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.64, март, комплекс №1, план занятий №52	2. Упражнение для предупреждения плоскостопия «Дорожки» (дети ходят босиком по специальным дорожкам: на одной пришиты карандаши, на второй – пробки от пластиковых бутылок, на третьей – квадратами вшитый горох). 3. Беседа «Как беречь свои ноги». 4. Зарядка для ног с проговариванием русской народной потешки «Еду, еду к бабе, к деду...».

		5. Дыхательные упражнения «Надуем шарик», «Гуси шипят», «Насос».
3-я неделя		
55	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.64, март, комплекс №2, план занятий №53	1. Игра «Сбей пирамиду» (прокатывание мяча в пирамиду из двух кубиков, построенную детьми под руководством педагога). 2. Ходьба по корригирующим дорожкам.
56	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.65, март, комплекс №1, план занятий №54	3. Ходьба по территории детского сада. 4. Гимнастика в постели после сна. 5. Дидактическая игра «В какие игры играют на улице?» (педагог показывает детям инвентарь для прогулок и предлагает рассказать, как можно играть с этими предметами). 6. Подвижные игры «Птички в гнездышках», «Мыши и кот», «Трамвай».
4-я неделя		
57	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.65, март, комплекс №1, план занятий №55	1. Дыхательные упражнения «Петушок», «Паровоз». 2. Игра «Разбери крупу». 3. Ходьба по массажным коврикам.
58	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.66, март, комплекс №1, план занятий №56	4. Игровые действия «Доползи до зайки», прыжки – «Достань до зайки». 5. Консультация для родителей «Организация двигательного досуга детей на прогулке». 6. Подлезание под доской, положенной на спинки стульев разной высоты. 7. Ходьба боком по шнуру, расположенному по кругу. 8. Подъем и спуск по ступенькам лестницы (уточнить у детей правила безопасности при подъеме и спуске с лестницы). 9. Броски большого мяча в корзину, расстояние 1,5 м.
Апрель		
Задачи на месяц: Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма.		

Оборудование на месяц: Мячи малые, обручи, флажки, скамейки, дуги, верёвки, гимнастические палки, бревно, лестница-стремянка, платочки, стульчики, бубен, свисток, игрушки небольшого размера.

1-я неделя

59	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.68, апрель, комплекс №1, план занятий №57	1. Выполнение ритмических движений, соответствующих тексту стихотворения «Мишка косолапый по лесу идет...».
60	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.69, апрель, комплекс №1, план занятий №58	2. Дидактическая игра «Выбери одежду для куклы Андрюши и куклы Катюши» (используются картинки с изображением одежды). 3. Пальчиковая гимнастика «Оладушки». 4. Игровая ситуация: воспитатель и доктор Айболит объясняют детям, почему нужно мыть овощи и фрукты. 5. Малоподвижная игра «Поймай мяч». 6. Гимнастика в постели. 7. Ползание с подлезанием под препятствия (большой и маленький стул).

2-я неделя

61	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.69, апрель, комплекс №1, план занятий №59	1. Чтение и инсценировка стихотворения Г. Сапгира «Кошка».
62	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.70, апрель, комплекс №1, план занятий №60	2. Выполнение упражнений для пальцев «Кулачки», «Встряхивание», «Пальчики здороваются», «Массаж пальцев», «Счет пальцев». 3. Беседа-рассуждение «Зачем нужны ноги?». 4. Дидактическая игра «Чудесный мешочек». 5. Игра-забава «Зайчики пляшут». 6. Игровая ситуация «Купание куклы Кати». 7. Гимнастика для язычка «Непослушный язычок» (покусать язык), «Вкусное варенье» (облизать широким языком верхнюю губу). 8. Лазание по гимнастической стенке (4–6 ступеней), бросание и ловля большого и малого мячей (уточнить у детей величину мячей, какой мяч удобнее держать в руках).

3-я неделя

63	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.71, апрель, комплекс №2, план занятий №61	1. Целевая прогулка по территории детского сада «Что делают птицы и насекомые весной». 2. Приучение детей к правильному надеванию одежды и обуви,
----	---	--

64	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.71, апрель, комплекс №2, план занятий №62	аккуратному складыванию снятой одежды в определенном порядке. 3. Дидактическая игра «Как беречь свое здоровье» (педагог показывает иллюстрации с изображением детей, нарушающих правила здоровьесбережения, предлагает рассказать об изображенном, объясняет, что следует делать, чтобы не навредить своему здоровью). 4. Ходьба и бег босиком по коврику, перешагивание препятствий (из 2–3 кубиков, составленных детьми в виде башенок)
4-я неделя		
65	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.72, апрель, комплекс №2, план занятий №63	1. Приучение детей к использованию индивидуальных предметов (носовой платок, салфетка, полотенце, расческа, горшок). 2. Дидактическая игра «Как беречь наши ноги и руки?».
66	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.73, апрель, комплекс №2, план занятий №64	3. Гимнастика для глаз (дети следят за предметом, который педагог медленно передвигает в пространстве). 4. Мытье рук и лица прохладной водой. 5. Дидактическая игра «Разноцветные флажки» (педагог дает каждому ребенку выбрать и принести флажок определенного цвета). 6. Импровизация «Танец с балалайками» (русская народная мелодия «Светит месяц»).
5-я неделя		
67	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.75, май, комплекс №1, план занятий №65	1. Выполнение игровых действий по подражанию «Где же наши ручки?». 2. Дыхательное упражнение «Пчелка».
68	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.75, май, комплекс №1, план занятий №66	3. Гимнастика после сна «Потягушки-потягушеньки». 4. Игра на прогулке «Вертушки» (детям предлагается подуть на вертушки или подставить их ветру). 5. Привлечение родителей к изготовлению нетрадиционного оборудования для занятий в группе и дома. 6. Обучение детей порядку одевания и раздевания; при небольшой помощи взрослого учить снимать одежду, обувь.

7. Ходьба по «кочкам», расположенным в шахматном порядке.

Май

Оборудование на месяц: Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма.

Оборудование на месяц: Мячи малые, обручи, кубики, скамейки, мягкие модули, дуги, веревки, гимнастические палки, бревно, лестница-стремянка, корзина, гимнастическая доска, горка, игрушки, погремушки.

1-я неделя

69	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.76, май, комплекс №1, план занятий №67	1. Игра «Сбей башенку» (прокатывание мяча в башенку из трех кубиков, построенную детьми под руководством педагога). 2. Ходьба по корригирующим дорожкам.
70	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.77, май, комплекс №1, план занятий №68	3. Дыхательные упражнения «Шар лопнул», «Ветер», «Подуем на шарики». 4. Ходьба по территории детского сада. 5. Гимнастика в постели после сна. 6. Дидактическая игра «Какие предметы нужны взрослым для работы?» (педагог показывает предметы для работы повара, няни, дворника, парикмахера; дети называют предметы и говорят, кому они принадлежат)

2-я неделя

71	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.77, май, комплекс №2, план занятий №69	1. Путешествие по территории детского сада с преодолением подъемов на пригорок. 2. Ходьба босиком по «Тропе здоровья».
72	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.78, май, комплекс №2, план занятий №70	3. Ознакомление с правилами здоровьесбережения: нельзя ходить босиком по острым предметам; летом нужно закалять ноги, бегая по песку босиком; каждый день нужно мыть ноги. 4. Выполнение упражнений для предупреждения плоскостопия: ходьба на носках, ходьба по палке, перекатывание левой и правой стопой поочередно теннисного мячика.

3-я неделя

73	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.79, май, комплекс №2, план занятий №71	1. Дыхательное упражнение «Паровозик» (побуждать детей произносить звукоподражание «Ту-ту!»). 2. Ходьба босиком по «тропе здоровья».
----	--	---

74	С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.79, май, комплекс №2, план занятий №72	3. Ознакомление с правилами здоровьесбережения: нельзя ходить босиком по острым предметам; летом нужно закалять ноги, бегая по песку босиком; каждый день нужно мыть ноги. 4. Выполнение упражнений для предупреждения плоскостопия: ходьба на носках, ходьба по палке, перекатывание левой и правой стопой поочередно теннисного мячика. 5. Исполнение музыкально-ритмических движений под плясовую песенку «Уж я топну ногой...»
4-я неделя		
75	Оценка индивидуального физического развития детей по образовательной области «Физическое развитие» С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.81	1. Упражнение для глаз «бабочка прилетела» 2. Гимнастика пробуждения. 3. Хожение босиком по дорожке «Здоровья». 4.Пальчиковая гимнастика «В гости к пальчику большому...»
76	Оценка индивидуального физического развития детей по образовательной области «Физическое развитие» С.Ю.Фёдорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3лет», стр.81	5.Психогимнастика «Мы-молодцы!» 6.Дыхательная гимнастика с произнесением гласных звуков. 7.Релаксационные упражнения под классическую музыку в сухом бассейне.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни осуществляется в режимные моменты.

План работы с родителями по реализации задач образовательной области «Физическое развитие»

Месяцы	Название мероприятия
Сентябрь	Беседа «Задачи физического воспитания детей раннего возраста и особенности их физического развития»
Октябрь	Консультация «Профилактика простудных заболеваний в осенний период»
Ноябрь	Консультация «Значение утренней гимнастики для дошкольников»
Декабрь	Информационный стенд «Режим дня и его значение»
Январь	Фотогазета «Здоровье в детском саду ».
Февраль	Папка-передвижка «Формирование у детей здорового образа жизни»
Март	Фотоколлаж «Мама, папа, я - спортивная семья»
Апрель	Рекомендации родителям «Роль физических упражнений в развитии детей»

**Учебно-методическое сопровождение
Центр двигательной активности**

Тип оборудования	Наименование	Размер, масса	Количество на группу
1	2	3	4
Для ходьбы, бега, тренировки равновесия	Коврики, дорожки массажные со следочками (для профилактики плоскостопия)	180 × 40 см	
	Шнур длинный	100–150 см	1
Для прыжков	Обруч плоский, цветной	Диаметр 40–50 см	1
	Шнур короткий, плетеный	Длина 75 см	1
Для катания, бросания, ловли	Корзина для метания мячей		2
	Мяч резиновый	Диаметр 10–15 см	2
	Мяч-	Диаметр 40 см	1
	Шарик пластмассовый	Диаметр 4 см	5
Для ползания и лазанья	Дуги	Высота 40 см, Высота 50 см	1
Для общеразвивающих упражнений	Мяч массажный	Диаметр 6–8 см	4
	Мяч резиновый	Диаметр 20–25 см	5
	Обруч плоский	Диаметр 20–25 см	1
	Колечко с лентой	Диаметр 5 см	15

Литература

1. Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Вераксы Н. Е., Комаровой Т.С., Васильевой М.А. - М.: Мозаика – Синтез, 2016.
2. Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2 – 3 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2018.