

ПРИНЯТО:  
на педагогическом совете  
МБДОУ № 74  
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ №74  
\_\_\_\_\_ В.В.Калинина  
Приложение № 1к приказу  
от 30.08. 2023 г. № 113

Рабочая программа  
по направлению физическое воспитание  
(автор: С.Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий с  
детьми 2-3 лет.)  
в рамках реализации инновационной программы  
«От рождения до школы»  
Н.Е.Веракса, Т.С.Комарова, Э.М. Дорофеева  
(вторая группа раннего возраста, 2-3 года, группа № 14)

*Автор составитель:  
Кривошлыковой О.Ю.*

### Пояснительная записка:

Рабочая программа разработана на основе образовательной инновационной программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М. Дорофеевой по направлению физическое воспитание.

#### Нормативные основания разработки Рабочей программы

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 02.07.2021) «Об образовании в Российской Федерации»;
- ФЗ от 31.07.2020 г. № 304 – ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядком разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ, утверждённым приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809);
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания»;
- ФГОС ДО, утверждённым приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155, с изменением, внесенным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января .2019 г. № 31;
- Федеральной образовательной программой дошкольного образования (далее - ФОП), утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 г. № 1028;
- Лицензией на право ведения образовательной деятельности (серия 61Л01 № 0003107,— регистрационный № 5440 от 13.08.2015г.);
- Уставом МБДОУ № 74;
- ОП МБДОУ № 74.

#### Формы реализации программы:

- непосредственная – образовательная деятельность (занятие) – это для детей, специально организованная воспитателем специфическая детская деятельность, подразумевающая их активность, деловое взаимодействие и общение, формирование определенных знаний, умений и навыков, в которой процесс обучения остается;
- совместная деятельность взрослого и детей, самостоятельная деятельность детей: игровая, коммуникативная, продуктивная, тренировочная НОД;(повторение и закрепление)

**Объем реализации программы:** 2 занятия в неделю, 8 занятий в месяц, 72 академических часа в год. Образовательная деятельность осуществляется в соответствии с расписанием.

Контингент воспитанников: группа № 14

Всего детей по списку: человек

Группа здоровья: 1-            2-            3 -    основная

Пол: мальчиков-, девочки-

Дата комплектования группы: 1 сентября 2023 года

#### Условия реализации программы:

<i>Тип оборудования</i>	<i>Основной набор</i>	<i>Кол-во на группу</i>
Оборудование для ходьбы, бега, равновесия	Дорожка-змейка (канат)	1
	Коврик массажный	1
	Дорожка-мат	1
Оборудование для	Мат	1

прыжков	Палка гимнастическая круглая	2
	Скакалка короткая	5
	Обруч	
Оборудование для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)	1
	Кольцеброс (набор)	6
	Мешочек с грузом малый	5
	Мяч средний	2
	Мяч малый	20
	Мяч для массажа	30
Оборудование для ползания и лазания	Дуга большая	2
	Канат гладкий	1
Оборудование для общеразвивающих упражнений	Лента короткая	20
	Мяч пластиковый	20
	Палка гимнастическая	30
	Кубики	20
	Флажки	30

#### **Технические средства обучения.**

- ИКТ: ноутбук;
- банк авторских электронных ресурсов
- комплекс учебных и наглядных пособий

#### **ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ:**

Периодичность проведения педагогической диагностики определяется диагностической программой МБДОУ № 74, включая в себя стартовую и итоговую диагностику.

Л.Н Лаврова, И.В. Чеботарёва, «Педагогическая диагностика в детском саду в условиях реализации ФГОС ДО».

#### **Работа с родителями:**

Открытое занятие.

#### **Планируемые результаты освоения образовательной программы:**

К концу года ребенок:

- Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Придерживается определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, меняет направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.
- Умеет сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку в ходе обучения разнообразным формам двигательной активности.
- Ползает, лазает под натянутую веревку, перелезает через бревно, лежащее на полу.
- Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч.
- Прыгает на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

#### **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММ В СООТВЕТСТВИИ С РЕЖИМОМ ЗАНЯТИЙ**

**На 2023-2024 учебный год**

04.09.23	1	Прыжки на двух ногах на месте; Проползание заданного расстояния; Скатывание мяча с горки. Игровое упражнение	1	
06.09.23	2	Проползание заданного расстояния до предмета; Прыжки на двух ногах на месте с хлопками; Катание мяча в паре с воспитателем. Игровое упражнение	1	
11.09.23	3	Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед; Проползание заданного расстояния (от игрушки к игрушке);	1	

		Катание мяча двумя руками воспитателю. Игровое упражнение		
13.09.23	4	Проползание в вертикально стоящий обруч; Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; Катание шаров двумя руками друг другу. Игровое упражнение	1	
18.09.23	5	Проползание в вертикально стоящий обруч за игрушкой; Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; Прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю. Игровое упражнение	1	
20.09.23	6	Проползание в воротца Подпрыгивание на двух ногах с хлопком; Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой) воспитателю. Игровое упражнение	1	
25.09.23	7	Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка; Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца; Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу. Игровое упражнение	1	
27.09.23	8	Прыжки на двух ногах на месте и слегка продвигаясь вперед; Катание мяча двумя и одной рукой в паре с воспитателем. Игровое упражнение	1	
02.10.23	9	Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; Подползание под веревку; Прокатывание мяча одной и двумя руками. Игровое упражнение	1	
04.10.23	10	Подползание под дугу; Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу. Игровое упражнение	1	
09.10.23	11	Подпрыгивание до погремушки, подвешенной выше поднятых рук ребенка; Прокатывание мяча под дугу и проползание за ним; Подлезание под веревку. Игровое упражнение	1	
11.10.23	12	Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки; Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой), бег за мячом. Игровое упражнение	1	
16.10.23	13	Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; Подползание под веревку, приподнятую на 50 см от пола, за стоящей впереди игрушкой; Катание мяча среднего размера в паре с воспитателем и друг с другом. <b>Игровое упражнение</b>	1	
18.10.23	14	Прыжки на двух ногах, сопровождающиеся небольшим продвижением вперед; Подползание под скамейку; Прокатывание мяча под скамейку одной рукой (поочередно правой и левой). Игровое упражнение	1	
23.10.23	15	Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, сопровождающееся небольшим продвижением вперед; Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча; Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами. Игровое упражнение	1	
25.10.23	16	Проползание в вертикально стоящий обруч; Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка. Игровое упражнение	1	
31.10.23	17	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от одной игрушки к другой); Проползание в два вертикально стоящих друг за другом обруча; Скатывание мяча среднего размера с горки и скатывание вслед за ним. <b>Игровое упражнение</b>	1	
01.11.23	18	Прыжки на двух ногах на месте с мячом в руках; Проползание заданного расстояния с прокатыванием мяча перед собой; Прокатывание мяча одной рукой между двумя игрушками. Игровое упражнение	1	
06.11.23	19	Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; Подползание под две скамейки, стоящие рядом; Прокатывание двух мячей поочередно (двумя	1	

		руками).Игровое упражнение		
08.11.23	20	Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу; Прыжки с продвижением вперед с мячом в руках. Игровое упражнение	1	
13.11.23	21	Перепрыгивание через веревку на двух ногах; Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой. <b>Игровое упражнение</b>	1	
15.11.23	22	Подпрыгивание до погремушек, висящих выше поднятых рук ребенка; Подползание под скамейку;Прокатывание мячей друг другу и воспитателю.Игровое упражнение	1	
20.11.23	23	Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом мяча; Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.	1	
22.11.23	24	Проползание в вертикально стоящий обруч;Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой). Игровое упражнение «Доползи до игрушки» (доползти с подлезанием под веревку, захватить игрушку)	1	
27.11.23	25	Перепрыгивание через линию, веревку, лежащую на полу; Проползание в заданном направлении;Скатывание мяча с горки. Игровое упражнение	1	
29.11.23	26	Проползание заданного расстояния до предмета;Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;Скатывание мяча с горки. Игровое упражнение	1	
04.12.23	27	Прыжки на двух ногах с небольшим продвижением вперед; Перелезание через валик;Катание мяча двумя руками воспитателю. Игровое упражнение	1	
06.12.23	28	Проползание в вертикально стоящий обруч; Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; Катание мяча двумя руками друг другу.	1	
11.12.23	29	Проползание в вертикально стоящий обруч за игрушкой; Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; Прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю. Игровое упражнение	1	
13.12.23	30	Проползание в воротца;Подпрыгивание на двух ногах с хлопком; Прокатывание мяча двумя руками воспитателю.Игровое упражнение	1	
18.12.23	31	Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка; Под ползание под скамейку;Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу.	1	
20.12.23	32	Прыжки на двух ногах на месте и продвигаясь вперед;Катание мяча двумя и одной рукой в паре с воспитателем.Игровое упражнение«Брось мяч» (бросать мяч в указанном ориентиром направлении).	1	
25.12.23	33	Прыжки в высоту;Перелезание через валик;Бросание мяча двумя руками снизу.Игровое упражнение	1	
27.12.23	34	Под ползание под дугу;Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка;Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу.Игровое упражнение	1	
08.01.24	35	Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;Бросание мяча двумя руками снизу;Подлезание под веревку.Игровое упражнение	1	
10.01.24	36	Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки;Ловля мяча, брошенного воспитателем.Игровое упражнение	1	
15.01.24	37	Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; Подползание под веревку, сопровождающееся захватом стоящей впереди игрушки;Бросание мяча двумя руками снизу.Игровое упражнение	1	
17.01.24	38	Прыжки на двух ногах, сопровождающиеся небольшим продвижением вперед;Перелезание через валик; Перебрасывание малого мяча через ленту, натянутую на уровне груди ребенка.Игровое упражнение	1	

22.01.24	39	Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;Подползание под скамейку; Перебрасывание малого мяча через веревку, натянутую на уровне груди ребенка.	1	
24.01.24	40	Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;Проползание в заданном направлении.Игровое упражнение«Через ручеек» (перепрыгивать через гимнастические палки, расположенные на расстоянии 50 см друг от друга).	1	
29.01.24	41	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке); Проползание в два вертикально стоящих обруча; Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним. Игровое упражнение	1	
31.01.24	42	Прыжки на двух ногах с мячом в руках; Проползание заданного расстояния, прокатывая мяч перед собой; Прокатывание мяча одной рукой между двумя игрушками. Игровое упражнение	1	
05.02.24	43	Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;Подползание под двумя скамейками, стоящими рядом;Ловля мяча, брошенного воспитателем.	1	
07.02.24	44	Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу;Прыжки с продвижением вперед с мячом в руках. Подвижная игра«Пройди по дорожке» (пройти между двумя гимнастическими палками, расположенными на расстоянии 50 см друг от друга).	1	
12.02.24	45	Перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах;Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой. Подвижная игра «Проползи в воротца» (проползти под гимнастическими дугами, расположенными на расстоянии 50 см друг от друга).	1	
14.02.24	46	Подпрыгивание до погремушек, висящих выше поднятых рук ребенка; Подползание под скамейку;Бросание мяча двумя руками снизу. Игровое упражнение	1	
19.02.24	47	Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча;Прокатывание мяча двумя руками и одной рукой друг другу, между предметами.Игровое упражнение	1	
21.02.24	48	Подползание под веревку;Бросание мяча двумя руками снизу. Игровое упражнение«Через ручеек» (перепрыгивать через гимнастические палки, расположенные на расстоянии 50 см друг от друга).	1	
26.02.24	49	Бросание мяча воспитателю;Проползание заданного расстояния; Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу.Игровое упражнение	1	
28.02.24	50	Проползание заданного расстояния до предмета;Прыжки на двух ногах с места как можно дальше;Катание мяча между предметами.Игровое упражнение	1	
04.03.24	51	Прыжки на двух ногах с места как можно дальше;Перелезание через бревно;Бросание мяча двумя руками воспитателю.Игровое упражнение	1	
06.03.24	52	Перелезание через бревно;Прыжки на двух ногах как можно дальше (со зрительным ориентиром);Прокатывание мячей двумя руками в произвольном направлении. <b>Игровое упражнение</b>	1	
11.03.24	53	Влезание на лестницу-стремянку (попытки);Прыжки на двух ногах как можно дальше;Прокатывание мячей двумя руками в произвольном направлении	1	
13.03.24	54	Перелезание через бревно;Прыгание на двух ногах как можно дальше; Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой поочередно) воспитателю.Игровое упражнение	1	
18.03.24	55	Перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах;Проползание заданного расстояния до ориентира; Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу.Игровое упражнение	1	

20.03.24	56	Прыжки на двух ногах с места как можно дальше;Бросание мяча двумя руками в паре с воспитателем.Игровое упражнение «Курочка-хохлатка» (по сигналу дети подбегают к педагогу).	1	
25.03.24	57	Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; Подползание под веревку;Прокатывание мяча одной и двумя руками. Игровое упражнение	1	
27.03.24	58	Подползание под дугу;Прыжки с места на двух ногах как можно дальше; Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу.Игровое упражнение	1	
01.04.24	59	Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; Прокатывание мяча между предметами;Проползание в вертикально стоящий обруч.Игровое упражнение	1	
03.04.24	60	Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;Проползание под гимнастическую скамейку с захватом впереди стоящей игрушки; Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой), бег за мячом.	1	
08.04.24	61	Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка;Подползание под веревку (высота 30—40 см) с захватом стоящей впереди игрушки; Катание мяча между предметами. Игровое упражнение	1	
10.04.24	62	Перепрыгивание через две параллельные линии;Перелезание через бревно;Прокатывание мяча между предметами.Игровое упражнение	1	
15.04.24	63	Перепрыгивание через две параллельные линии; Влезание на лестницу-стремянку с помощью взрослого (попытки); Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами. Игровое упражнение	1	
17.04.24	64	Проползание в вертикально стоящий обруч;Прокатывание мяча в произвольном направлении.Игровое упражнение«Попади в воротца» (прокатить мяч под дугой).	1	
22.04.24	65	Прыжки с продвижением вперед (от игрушки к игрушке); Проползание в два вертикально стоящих обруча;Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним.Игровое упражнение	1	
24.04.24	66	Прыжки на двух ногах с места как можно дальше; Влезание на стремянку с помощью взрослого (попытки); 2Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой поочередно) между двумя игрушками.Игровое упражнение	1	
13.05.24	67	Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;Подползание под две скамейки, стоящие рядом;Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) между предметами.Игровое упражнение	1	
15.05.24	68	Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу;Прыжки с места как можно дальше с мячом в руках. Игровое упражнение	1	
20.05.24	69	Перелезание через бревно;Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой в произвольном направлении.Подвижная игра	1	
22.05.24	70	Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;Подползание под скамейку;Бросание мяча взрослому.Игровое упражнение	1	
27.05.24	71	Прыжки через две параллельные линии;Влезание на лестницу-стремянку (попытки);Прокатывание мяча под дугой поочередно правой и левой рукой. Игровое упражнение	1	
29.05.24	72	Подползание под гимнастическую палку;Прыжки с места на двух ногах до зрительного ориентира;Прокатывание мячей поочередно правой и левой рукой между предметами.Игровое упражнение	1	

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

### 1.Методическиепособия:

- Инновационная программа «От рождения до школы» (Н.Е. Веракса, Т.С.Комарова, Э.М. Дорофеева), Мозайка-Синтез Москва. 2021 г.;
- Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная

группа. -М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010;

- Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. — М., 2005;
- Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. — М.: Мозаика-Синтез, 2008-2010;
- Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, —М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010;
- Лаврова Л.Н., Чеботарева И.В. «Педагогическая диагностика в детском саду в условиях реализации ФГОС ДО» -Издательство «ТЦ Сфера», 2017.

## **2.Диски:**

- Перспективное планирование образовательного процесса «От рождения до школы». /Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. /Издательство
- Уч. Рабочая программа воспитателя «От рождения до школы». /Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой / Издательство «Учитель»

## **3.Наглядно – дидактические пособия:**

- Серия «Мир в картинках» (предметный мир)
- Зимние виды спорта М. Мозаика – Синтез.2005-2010
- Летние виды спорта М. Мозаика – Синтез.2005-2010
- Распорядок дня М. Мозаика – Синтез.2005-2010
- Защитники Отечества М. Мозаика – Синтез.2005-2010
- Кем быть М. Мозаика – Синтез.2005-2010;
- Спортивное лото.

В примечании указывается ссылка на электронный ресурс (при наличии) или перенос занятия с указанием формы и даты его проведения.