

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ГОРОД НОЯБРЬСК  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «СИНЕГЛАЗКА»  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОЯБРЬСК

**«Рассмотрено»**

На заседании педагогического  
совета

Протокол № \_\_\_\_\_

от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

Председатель педагогического  
совета: \_\_\_\_\_

**«Согласовано»**

Заместитель заведующего

от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023

г.

**«Утверждаю»**

Заведующий МАДОУ

«Синеглазка» \_\_\_\_\_

от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

**Рабочая программа  
по образовательной деятельности  
«Развитие движений»  
для детей первой группы раннего возраста общеразвивающей  
направленности  
(от 1 года до 1 года 6 месяцев)**

2 занятия в неделю

54 занятия в год

Составители:  
Воспитатели  
МАДОУ «Синеглазка»

### Пояснительная записка

Рабочая программа по образовательной деятельности «Развитие движений» для детей первой группы раннего возраста общеразвивающей направленности от 1 года до 1 года 6 месяцев (далее рабочая программа) - это нормативный документ, в котором представлены основные умения и навыки, подлежащие усвоению в процессе образовательной деятельности, в котором определены наиболее оптимальные и эффективные для данной группы содержание, формы, методы и приёмы организации образовательного процесса. Данная рабочая программа разработана в соответствии с образовательной программой дошкольного образования МАДОУ «Синеглазка» с использованием методических пособий:

- С. Я. Лайзане « Физическая культура для малышей»: кн. Для воспитателя для Сада.-2 изд., испр.- М.: просвещение, и дополнена разработками и играми по основным видам движений.

#### Количество занятий

Общее количество	В неделю	Длительность (минуты)
54	2	6

*Основной целью* рабочей программы является укрепление и охрана здоровья детей, создание благоприятных условий для полноценного физического развития ребенка, его положительного эмоционального состояния и активного поведения.

#### Основные задачи образовательной деятельности:

создавать условия для последовательного становления первых основных движений (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) в совместной деятельности педагога с ребёнком;

создавать условия для развития равновесия и ориентировки в пространстве; поддерживать желание выполнять физические упражнения в паре с педагогом; привлекать к участию в играх-забавах, игровых упражнениях, подвижных играх, побуждать к самостоятельным действиям;

укреплять здоровье ребёнка средствами физического воспитания, способствовать усвоению культурно-гигиенических навыков для приобщения к здоровому образу жизни.

*Содержание психолого-педагогической работы с детьми от 1 года до 1 года 6 месяцев в рамках образовательной деятельности «Развитие движений».*

#### **Ходьба и упражнения в равновесии.**

- Ходьба стайкой в прямом направлении по лежащей на полу дорожке.
- Ходьба с помощью взрослого вверх по доске, приподнятой одним концом от пола на 10–15 см (ширина доски 25 см, длина 1,5–2 м), и вниз до конца.
- Подъем на опрокинутый вверх дном ящик (50 × 50 × 10 см) и спуск с него.
- Перешагивание через веревку, положенную на землю, или палку, приподнятую от пола на 5–10 см. **Ползание, лазанье.**
- Ползание на расстояние до 2 м, подлезание под веревку (высота 50 см), пролезание в обруч (диаметр 50 см).
- Лазанье по лесенке-стремянке вверх и вниз (высота 1 м).

#### **Катание, бросание.**

- Катание мяча (диаметр 25 см) вперед (из исходного положения сидя, стоя).
- Бросание мяча (диаметр 6–8 см) вниз, вдаль.

#### **Подвижные игры.**

Формировать у детей устойчивое положительное отношение к подвижным играм. Ежедневно проводить подвижные игры с использованием игрушки и без нее. С детьми 1 года - 1 года 6 месяцев подвижные игры проводятся индивидуально.

Развивать основные движения детей (ходьба, ползание и лазанье, катание и бросание мяча). Формировать умение двигаться стайкой в одном направлении, не мешая друг другу. Развивать умение внимательно слушать взрослого, действовать по сигналу.

*Примерный список подвижных игр:* «Догони мяч», «Передай мяч», «Доползи до погремушки», «Догони собачку», «Маленькие и большие», «Поймай бабочку», «Где пищит мышонок?» и др. Самостоятельные игры детей с игрушками, стимулирующими двигательную активность: с каталками, тележками, автомобилями и пр.

*Принципы отбора* основного и дополнительного содержания программы связаны с преемственностью целей образования при переходе от одной возрастной группы к другой, интеграции образовательных областей, а также с возрастными особенностями развития воспитанников.

*Предпочтительной формой организации образовательного процесса* является игровая деятельность.

*Вариативность проведения педагогической диагностики*

Оценка индивидуального развития детей проводится 1 раз в год (май) в форме педагогической диагностики, путем наблюдений, бесед. Она обеспечивает возможность оценки динамики достижения детей.

*Планируемые результаты в конструктивной деятельности детей от 1 года до 1 года 6 мес.:*

К концу года ребенок:

1. Ходит в прямом направлении без помощи взрослого (до 10 метров);
2. Преодолевает незначительные препятствия;
3. Берет, держит, переносит, кладет, катает, бросает мяч вниз, вдаль;
4. Меняет направления при ходьбе по зрительным ориентирам;
5. Лазает по лесенке-стремянке вверх и вниз;
6. Бегаёт в разном темпе и в определенном направлении.

### Тематическое планирование

№	Тема	Количество	В том числе: практической
1	Ходьба/бег	9	9
2	Равновесие	9	9
3	Ползание/лазанье	9	9
4	Катание/бросание	9	9
5	ОРУ	9	9
6	Подвижные игры	9	9
Итого		54	54

### Средства обучения

Технические средства обучения:

- магнитофон;
- cd, dvd-диски.

Гимнастическое оборудование:

- гимнастическая доска;
- наклонная доска;
- доска ребристая;
- гимнастическая скамейка;
- лесенка стремянка;

Гимнастические пособия:

- флажки цветные;
- палочки цветные;
- ленточки цветные;
- кегли и булавы;
- обручи;
- мячи резиновые;
- мешочки с песком;

- погремушки;
- стойки;
- дорожка из клеёнки;
- кубики (деревянные или пластмассовые).

**Список используемых методических пособий:**

- 1.«Физическое развитие» - игры и занятия с детьми раннего возраста (1-3 года): Л.Н. Галигузова, С.Ю. Мещерякова: изд. «Мозаика-синтез», Москва 2007
- 2.«Физическая культура для малышей»: книга для воспитателя дет.сада. С.я. Лайзане-2-е изд.- М.:Просвещение, 1987.

**Календарно-тематическое планирование по образовательной деятельности «Развитие движений» для детей первой группы раннего возраста  
(1 - 1,6 года)**

№	Дата проведения		Ходьба/бег	Равновесие	Ползание/ лазание	Катание/ бросание	ОРУ	Подвижные игры	Оборудование	
	Планируемая дата	Фактическая дата								
			<b>Содержание</b>							
1-2			Ходьба в прямом направлении 3-4м	Взойти на ящик и сойти с него с помощью взрослого			Поднимание и опускание рук, держась за палку.	«Большие ноги» - ходьба с изменение длины шага; «Помашем флажками»: ходьба, координация движений	Ящик (50/50/10 см), палка(1,5м), погремушка.	
3-4			Ползание до погремушки 3-4 раза							
5-6			Ходьба по дорожке(3-4 м) до предмета(2-3 раза) друг за другом	приседание и выпрямление, держась за обруч обеими руками(4-5 раз)				«Идите ко мне»: ходьба в определенном направлении, «Принеси мне мяч»: ходьба с мячом	Дорожка из клеенки, воротца, обруч, мячи (диаметр 25-30 см)	
7-8			Ползание(2-3 метра) и подлезание под воротца (2-3 раза) по одному	Бросание мяча двумя руками вперед(3-4 раза) с помощью взрослого						
9-10			Ходьба к игрушке(2-3 раза)	Приседание и выпрямление(3-4 раза), держась за палку			Поднимание и опускание рук, держась за палку (4-6 раз)	«Идите к собачке» (2-3 раза): бег враспынную; «Обезьянки»: лазание по	Бревно (длина 2,5 метров, диаметр 25 см), палка(2-3 метра), мячи, игрушка	

								гимнастическо й лестнице вверх	
11- 12			Ползание на четвереньках и перелезание через бревно (скамейку) 2-3 раза	Держать и бросать мяч обеими руками					
13- 14			Ходьба по дорожке (ширина 40 см, длина 4-5 м) – 2-3 раза; ходьба за воспитателем	приседание и выпрямление, держась за обруч одной рукой(4-5 раз) с помощью взрослого	Ползание на четвереньках и подлезание под палку (или веревку), установленную на высоте 40-50 см (2-3 раза)	Бросание мяча обеими руками вперед (3-4 раза)	Лежа на животе, держась за палку обеими руками, приподнимают руки и опускать палку на пол (3-4 раза) с помощью взрослого	«Бегите ко мне» - бег врассыпную; «Вертушки» - бег с разной скоростью и в разных направлениях	2 стойки или кубы, высота 40-50 см, палка или веревка, мячи по количеству детей
15- 16			Ходьба по доске, положенной на пол (2-3 раза) к кукле с помощью взрослого		Ползание на четвереньках и переступание веревки или рейки, приподнятой на высоте 10 см (2-3 раза) друг за другом	Бросать мешочек с песком (мяч) на дальность (по 2-3 раза правой и левой рукой)	Лежа на спине (ноги вытянуты) поднимание ног до палки и опускание на пол (4-5 раз)	«Догоните куклу»: бег в определенном направлении; «Поровенькой дорожке»: равновесие, координация	2 стойки, палка, гимнастическая доска (ширина 30-25 см), мешочки с песком или маленькие мячи по количеству детей, кукла
17- 18		Ходьба 25-30с	Стоя, держась руками за обруч, присесть и выпрямиться (4-6 раз)						
19- 20			Ходьба в прямом направлении (2-3 м) и по ребристой доске (2-3 раза) с показом и с помощью взрослого		Ползание по дорожке между двумя линиями (ширина 50 см)	Бросание мяча на дальность из-за головы двумя руками (3-4 раза)	Сесть и лечь (4-6 раз), лежа на спине и держась за палку, руки вытянуты	«Прыг-прыг, топ-топ»: прыжки на месте; «Ловим перышко»: координация	Ребристая доска, ящик, палка, мячи по количеству детей
21- 22		Бег за мячом (3-4 раза)	Взойти и сойти с ящика (2-3 раза)						

				самостоятельно; стоя, держась за палку, присесть и выпрямиться (4-6 раз)				движений	
23-24			Хожение по доске, по прямой линии 2-3 м, взойти на ящик и сойти с него (2-3 раза)		Ползание и подлезание под палку (высота 40-50 см) – 2-3 раза	Бросание мяча на дальность из-за головы обеими руками (4-5 раз) с показом и помощью взрослого	Наклоны вниз и возврат в исходное положение («возьми предмет») через палку, поднятую на высоту 40-50 см (3-4 раза); перекладывание кегли из руки в руку в сидячем положении (3-4 раза)	«Догоните меня» - бег в разном направлении; «Птички летают» - развитие движений	Гимнастическая доска, ящик, 2 стойки, палка (или воротца), мячи и кегли по количеству детей
25-26			Ходьба рядом с воспитателем	Стоя, держась руками за палку, присесть и выпрямляться (4-6 раз)					
27-28			Ходьба с высоким подниманием ног; спокойная ходьба за воспитателем с мячом в руках	Переступание через палки (веревки), положенные на пол на расстоянии 1,5-2м одна от другой (2-3 раза)	Ползание и перелезание через гимнастическую скамейку или бревно (2-3 раза)	Катание мяча (отталкивая его обеими руками) вперед	Поднимать и опускать руки в стороны - вверх - вниз, держась за палки (4-6 раз) с помощью взрослого;	«Догоните мяч»: катать и догонять мяч (3-4 раза); «Самолеты» - бег враспынную	Длинные палки(2-3), гимнастическая скамейка, мячи, игрушка мишка

29-30			Ходьба по гимнастической скамейке (ребристой доске) 2-3 раза	Ползание на четвереньках и пролезание в обруч (2-3 раза)	Бросание мяча (или мешочка с песком) на дальность правой и левой рукой (2-3 раза каждой рукой)	Сесть и лечь из положения лежа на спине, держась за палку обеими руками (3-4 раза)	«Найди, где спрятана собачка» (2 раза): ориентировка в пространстве (прячем игрушку на видное место, чтобы дети видели)	Гимнастическая доска, палка, обруч (диаметр 50-60 см), мячи по количеству детей, игрушка собачка.	
31-32			Ходьба по наклонной доске, приподнятой на 10-15 см (2-3 раза) самостоятельно друг за другом		Ползание и перелезание через бревно (2-3 раза) друг за другом	Бросание мяча на дальность из-за головы двумя руками (3-4 раза)	Поднимание до палки и опускание ног, лежа на спине (4-6 раз)	«Бегите ко мне»: бег в определенном направлении; «Найди игрушку» - ходьба с изменением скорости, способов передвижения, в определенно направлении	Гимнастическая доска, бревно, палка, мячи по количеству детей
33-34			Бег за мячом (3-4 раза) после бросания его обеими руками; спокойная ходьба за воспитателем (2-3 раза)	Присесть и встать, держась за палку и не отпуская ее (4-6 раз)					
35-36			Ходьба по дорожке, нарисованной мелом или обозначенной веревкой (длина 2-3 м, ширина 35-30 см) – 2-3 раза		Ползание и подлезание под гимнастическую скамейку 2-3 раза	Бросание мяча на дальность обеими руками из-за головы и бег за ним (3-4 раза)	Поднимание, опускание мяча на колени в положении сидя, держа мяч двумя руками (4-5 раз)	«В гости к куклам»; «Птички летают», «Птички клюют зернышки»- координация движений	Гимнастическая скамейка, мячи и куклы по количеству детей
37-38			Ходьба по извилистой дорожке	Ходьба по наклонной доске (высота над	Ползание на четвереньках и пролезание в	Бросание мяча двумя руками через ленту (иди	Положить, поднять обруч (2-3	«Идем по глубокому снегу»: ходьба	2 стойки с лентой, обруч, гимнастическая

			(длина 3-5 м) нарисованной мелом или обозначенной шнуром	полом 10-20 см) вверх и вниз (2-3 раза)	обруч (2-3 раза)	сетку), натянутую на уровне груди ребенка (3-4 раза)	раза)	с высоким подниманием ног; «Вот как солнышко встает» - общее развитие	я доска, мячи по количеству детей
39- 40			Ходьба по ребристой доске, поднимаясь на ящик и спускаясь с него (2-3 раза) друг за другом. Ходьба с высоким подниманием ног, переступая из обруча в обруч		Ползание и перелезание через бревно (2-3 раза)	Катание мяча двумя руками вперед (3-4 раза)	Сесть и лечь, держась за палку (3-4 раза) из положения лежа	«Зайчики прыгают» - прыжки на месте на двух ногах; «Мышки идут»- спокойная ходьба	Ребристая доска, ящик, бревно, 5-6 обручей, палка, мячи по количеству детей
41- 42			Ходьба врассыпную между стульями; ходьба в прямом направлении		Ползание на четвереньках по ковровой дорожке до определенного места (2-3 раза)	Бросание мяча двумя руками вперед снизу (2- 3 раза)	Поднимание прямых ног до палки и опускание (2- 3 раза), лежа на спине	«Догоните меня»: бег в определенном направлении; «Мышки идут»: спокойная ходьба	Стулья и мячи по количеству детей, палка, обруч или корзина
43- 44			Ходьба в определенном направлении с переступание м через палку, поднятую на высоту 5-10 см (2-3 раза)	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз (2-3 раза) друг за другом	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке (2-3 раза)	Бросание мешочка с песком на дальность правой и левой рукой (2-3 раза каждой) через гимнастическую скамейку	Поднимание и опускание рук, сидя на гимнастическ ой скамейке, держась с обеих сторон руками за палки (3-4 раза)	«Отнеси в ладоньке шарик»: ходьба в определенно направлении с предметом в руках; «Слоны и мышки»: ходьба с изменением силы и длины шага (громко- тихо)	Гимнастическа я скамейка, 2 стойки, 2 длинные палки, наклонная доска, мешочки с песком по количеству детей
45- 46			Ходьба по ребристой	Приседание и выпрямление с	Ползание и подлезание под	Бросание мяча через ленту	Поднимание и опускание	«Догоните собачку»: бег в	Ребристая доска, ящик

			доске (1-2 м) с поднятием на ящик и опусканием с него (2-3 раза); ходьба за собачкой (2-3 раза)	положения стоя, держась обеими руками за обруч (3-4 раза)	воротца (2-3 раза)	(сетку), расположенную на уровне груди ребенка (3-4 раза)	обруча (4-5 раз), сидя, держась обеими руками за обруч	определенном направлении; «Лошадки» - бег за воспитателем	(40/40/10 см), воротики, обруч, мячи по количеству детей, лента
47-48			Ходьба в определенном направлении с переступанием через палку, поднятую на высоту 5-10 см (2-3 раза)	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз (2-3 раза) друг за другом	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке (2-3 раза)	Бросание мешочка с песком на дальность правой и левой рукой (2-3 раза каждой) через гимнастическую скамейку	Поднимание и опускание рук, сидя на гимнастической скамейке, держась с обеих сторон руками за палки (3-4 раза)	«Отнеси в ладошке шарик»: ходьба в определенном направлении с предметом в руках; «Слоны и мышки»: ходьба с изменением силы и длины шага (громко-тихо)	Гимнастическая скамейка, 2 стойки, 2 длинные палки, наклонная доска, мешочки с песком по количеству детей
49-50			Ходьба по дорожке, нарисованной мелом или обозначенной веревкой (длина 2-3 м, ширина 35-30 см) – 2-3 раза		Ползание и подлезание под гимнастическую скамейку (или дугу) – 2-3 раза	Бросание мяча на дальность обеими руками из-за головы и бег за ним (3-4 раза)	Поднимание, опускание мяча на колени в положении сидя, держа мяч двумя руками (4-5 раз)	«В гости к куклам»; «Птички летают», «Птички клюют зернышки»- координация движений	Гимнастическая скамейка, мячи и куклы по количеству детей
51-52			Ходьба по извилистой дорожке (длина 3-5 м), нарисованной мелом или обозначенной шнуром	Ходьба по наклонной доске (высота над полом 10-20 см) вверх и вниз (2-3 раза)	Ползание на четвереньках и пролезание в обруч (2-3 раза)	Бросание мяча двумя руками через ленту (иди сетку), натянутую на уровне груди ребенка (3-4 раза)	Положить, поднять обруч (2-3 раза)	«Идем по глубокому снегу»: ходьба с высоким подниманием ног; «Вот как солнышко встает» - общее развитие	2 стойки с лентой, обруч, гимнастическая доска, мячи по количеству детей

53-54			<p>Ходьба по ребристой доске, поднимаясь на ящик и спускаясь с него (2-3 раза) друг за другом.</p> <p>Ходьба с высоким подниманием ног, переступая из обруча в обруч</p>	<p>Ползание и перелезание через бревно (2-3 раза)</p>	<p>Катание мяча двумя руками вперед (3-4 раза)</p>	<p>Сесть и лечь, держась за палку (3-4 раза) из положения лежа</p>	<p>«Зайчики прыгают» - прыжки на месте на двух ногах;</p> <p>«Мышки идут»- спокойная ходьба</p>	<p>Ребристая доска, ящик, бревно, 5-6 обручей, палка, мячи по количеству детей</p>	
-------	--	--	--	---	--	--	---	--	--