

## 1. Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа разработана на основе:

- \* примерной **основной общеобразовательной программы дошкольного образования** «Детство», под ред. Т.И.Бабаевой, А.Г.Гогоберидзе, З.А.Михайловой,
  - \* Образовательной программы ДОУ
- в соответствии с **Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.**

Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса для детей второй младшей группы и **направлена на** формирование общей культуры ребенка, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, которые обеспечивают социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей.

Исходя из поставленной цели, формируются следующие **задачи**:

1. Укрепление здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, развитие двигательной и гигиенической культуры детей.
2. Развитие гуманистической направленности отношения детей к миру, воспитание культуры общения, эмоциональной отзывчивости и доброжелательности к людям.
3. Развитие эстетических чувств детей, творческих способностей, эмоционально-ценностных ориентаций, приобщение воспитанников к искусству и художественной литературе.
4. Развитие познавательной активности, познавательных интересов, интеллектуальных способностей детей, самостоятельности и инициативы, стремления к активной деятельности и творчеству.

Реализация цели осуществляется в процессе разнообразных видов деятельности:

1. Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения).
2. Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов.
3. Самостоятельная деятельность детей.

Таким образом, решение программных задач осуществляется в совместной деятельности взрослых и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Содержание рабочей программы включает совокупность образовательных областей, которые обеспечивают разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям – физическому, социально-личностному, познавательно-речевому и художественно-эстетическому.

*Изречение из ФГОС ДО.*

*"Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)".*



## 2. Возрастные особенности детей 3 - 4 лет.

### 3. Организация пребывания детей в дошкольной ступени образования.

В детском саду разработан гибкий режим дня, учитывающий возрастные психофизиологические возможности детей, их интересы и потребности, обеспечивающий взаимосвязь планируемых занятий с повседневной жизнью детей в детском саду. Кроме того, учитываются климатические условия (в течение года режим дня меняется дважды). В отличие от зимнего в летний оздоровительный период увеличивается время пребывания детей на прогулке. Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину дня - до обеда и во вторую половину - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже  $-15^{\circ}\text{C}$  и скорости ветра более  $7\text{ м/с}$  продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже  $-20^{\circ}\text{C}$  и скорости ветра более  $15\text{ м/с}$ . Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещение ДОУ. Дневному сну отводится 2 - 2.20 часа. Самостоятельная деятельность детей (игры, подготовка к занятиям, личная гигиена и др.) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов.

Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, включая занятия по дополнительному образованию, составляет 10 занятий. Занятия, требующие повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводятся в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей (среда, четверг). Для профилактики утомления детей такие занятия сочетаются с физкультурными, музыкальными занятиями.

Общественно-полезный труд детей подготовительной группы проводится в форме самообслуживания (дежурства по столовой, сервировка столов, помощь в подготовке к

занятиям, уход за комнатными растениями и т.п.). Его продолжительность не превышает 20 минут в день.

#### **Режим дня второй младшей группы**

Время занятий и их количество в день регламентируется «Примерной Программой» и САНПиНом (не более 2 занятий в день не более 15 минут). Обязательным элементом каждого занятия является физминутка, которая позволяет отдохнуть, снять мышечное и умственное напряжение. Занятия с детьми, в основе которых доминирует игровая деятельность, в зависимости от программного содержания, проводятся фронтально, подгруппами, индивидуально. Такая форма организации занятий позволяет педагогу уделить каждому воспитаннику максимум внимания, помочь при затруднении, побеседовать, выслушать ответ.

При выборе методик обучения предпочтение отдается развивающим методикам, способствующим формированию познавательной, социальной сфере развития.

Для гарантированной реализации государственного образовательного стандарта в четко определенные временные рамки образовательная нагрузка рассчитывается на 8 месяцев, без учета первой половины сентября, новогодних каникул, второй половины мая и трех летних месяцев.

Оценка эффективности образовательной деятельности осуществляется с помощью мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения Программы. В процессе мониторинга исследуются физические, интеллектуальные и личностные качества ребенка путем наблюдений за ребенком, бесед, дидактических игр и др.

#### **Режим дня детей младшей группы**

Режим дня составлен с расчетом на 12.00 часового пребывания детей в детском саду.

Утренний прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика.	7.00 -8.25
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.25 – 8.45
Самостоятельные игры.	8.45 - 9.00
Развивающие образовательные ситуации на игровой основе.	9.00 – 10.10
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд), возвращение с прогулки, игры.	10.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед.	12.20 – 13.00
Подготовка ко сну, сон.	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры.	15.00 – 15.30
Полдник.	15.30 – 16.10
Игры, досуги, общение и деятельность по интересам.	16.10 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры).	16.50 – 18.20
Возвращение с прогулки. Игры. Уход домой.	18.20 – 19.00

#### **Перечень основных видов организованной образовательной деятельности по физическому развитию детей в неделю.**

№№	Виды организованной деятельности	Кол-во в неделю	Кол-во в месяц	Кол-во в год
	НООД в физкультурном зале	2	8	68
	НООД на свежем	1	4	34

	<b>воздухе</b>			
	<b>Итого</b>	<b>3</b>	<b>12</b>	<b>102</b>

**Примерная сетка совместной образовательной деятельности и культурных практик в режимных моментах**

Формы образовательной деятельности в режимных моментах	Количество форм образовательной деятельности и культурных практик в неделю	
Общение	Ситуация общения с детьми и накопление положительно - эмоционального опыта.	Ежедневно
	Беседы и разговоры с детьми по их интересам.	Ежедневно
Игровая деятельность, включая сюжетно - ролевую игру с правилами и другие виды игр.	Индивидуальные игры с детьми (сюжетно - ролевая, режиссерская, игра - драматизация, строительно - конструктивные игры).	Ежедневно
	Совместная игра воспитателя и детей (сюжетно - ролевая, режиссерская, игра - драматизация, строительно - конструктивные игры)	2 раза в неделю
	Детская студия (театрализованные игры)	1 раз в 2 недели
	Досуг здоровья и подвижных игр.	1 раз в 2 недели
	Подвижные игры.	Ежедневно
Познавательная и исследовательская деятельность	Сенсорный игровой и интеллектуальный тренинг ("Школа мышления")	1 раз в 2 недели
	Опыты, эксперименты (в том числе экологической направленности)	1 раз в 2 недели
	Наблюдения за природой (на прогулке).	Ежедневно
Формы творческой активности, обеспечивающей художественно - эстетическое развитие детей	Музыкально - театральная гостиная	1 раз в 2 недели
	Творческая мастерская (рисование, лепка, художественный труд по интересам)	1 раз в 2 недели
	Чтение литературных произведений.	Ежедневно
Самообслуживание и элементарный бытовой труд	Самообслуживание.	Ежедневно

**Примерная сетка самостоятельной деятельности детей в режимных моментах.**

Режимные моменты	Распределение времени в течение дня
Игры, общение, деятельность по интересам во время утреннего приема.	10 - 50 минут
Самостоятельные игры в 1-ой половине дня.	20 минут
Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность на прогулке.	1 час - 1 час.30 минут
Самостоятельные игры, досуги общение и деятельность по интересам во 2-ой половине дня.	40 минут
Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность на прогулке.	40 минут
Игры перед уходом домой.	15 - 50 минут

Оценка эффективности образовательной деятельности осуществляется с помощью мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения Программы. В процессе мониторинга исследуются физические, интеллектуальные и личностные качества ребенка путем наблюдений за ребенком, бесед, дидактических игр и др.

### Режим дня детей средней группы

Режим дня составлен с расчетом на 12 часового пребывания детей в детском саду.

Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурства.	7.00 - 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак. Игры.	8.20 – 9.00
Организованная образовательная деятельность: образовательные развивающие ситуации на игровой основе (общая продолжительность, включая перерывы)	9.00 – 10.10
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.10 – 12.10
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Обед.	12.10 – 12.45
Подготовка ко сну. Чтение художественной литературы перед сном. Сон.	12.45 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику. Полдник.	15.25 – 16.10
Игры, досуги, общение по интересам, театрализация, кукольный театр, инсценировки с игрушками, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности.	16.10 – 17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка.	17.00 – 18.20
Уход детей домой.	до 19.00

### Перечень основных видов организованной образовательной деятельности по физическому развитию детей в неделю.

№№	Виды организованной деятельности	Кол-во в неделю	Кол-во в месяц	Кол-во в год
	НООД в физкультурном зале	2	8	68
	НООД на свежем воздухе	1	4	34
	<b>Итого</b>	<b>3</b>	<b>12</b>	<b>102</b>

### Примерная сетка совместной образовательной деятельности и культурных практик в режимных моментах

Формы образовательной деятельности в режимных моментах	Количество форм образовательной деятельности и культурных практик в неделю	
Общение	Ситуация общения с детьми и накопление положительно - эмоционального опыта.	Ежедневно
	Беседы и разговоры с детьми по их интересам.	Ежедневно
Игровая деятельность, включая сюжетно - ролевую игру с правилами и другие виды игр.	Индивидуальные игры с детьми (сюжетно - ролевая, режиссерская, игра - драматизация, строительно - конструктивные игры).	Ежедневно
	Совместная игра воспитателя и детей	2 раза в неделю

## Содержание психолого-педагогической работы.

### Задачи образовательной деятельности.

1. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.
3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.
4. Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками
5. Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой.

### Содержание образовательной деятельности.

#### Двигательная деятельность.

Порядковые упражнения. Построения и перестроения: свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием. Общеразвивающие упражнения. Традиционные двухчастные общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу.

#### Основные движения.

Ходьба. Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске, ходьба и бег со сменой темпа и направления. Бег, не опуская головы.

Прыжки. Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними.

Катание, бросание, метание. Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками вдаль, в горизонтальную и вертикальную цели.

Лазание по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола.

#### Музыкально-ритмические упражнения.

Спортивные упражнения: катание на трехколесном велосипеде; ступающий шаг и повороты на месте на лыжах; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых.

Подвижные игры. Основные правила в подвижных играх.

*Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.*

Элементарные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья; элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

#### Примерная модель физического воспитания

<b>Физкультурно - оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада</b>		
Утренняя гимнастика	5 - 6 минут	Ежедневно
Физкультминутки	По мере необходимости	Ежедневно
Игры и физические упражнения на прогулке	6 - 10 минут	
Закаливающие процедуры	После дневного сна	
Дыхательная гимнастика	После дневного сна	
Спортивные упражнения	15 - 20 минут	1 - 2 раза в неделю
<b>Физкультурные занятия</b>		
Физкультурные занятия в спортивном зале	15 минут	2 раза в неделю
Физкультурные занятия на свежем воздухе	15 минут	1 раз в неделю
<b>Спортивный досуг</b>		
Самостоятельная двигательная активность	В соответствии с индивидуальными особенностями ребенка	Ежедневно
Физкультурные досуги и развлечения		1 раз в квартал
Дни здоровья		1 раз в квартал

#### Результаты образовательной деятельности.

##### Достижения ребенка (Что нас радует):

- ✓ Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.
- ✓ При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.
- ✓ Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.
- ✓ Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.
- ✓ С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату.
- ✓ С интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания.

##### Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей:

- ✓ Ребенок малоподвижен, его двигательный опыт беден.
- ✓ Неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании).

- ✓ Затрудняется действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстает от общего темпа выполнения упражнений.
- ✓ Не испытывает интереса к физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями.
- ✓ Незнаком или имеет ограниченные представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни.
- ✓ Испытывает затруднения в самостоятельном выполнении процессов умывания, питания, одевания, элементарного ухода за своим внешним видом, в использовании носового платка, постоянно ждет помощи взрослого.

### **3. Возрастные особенности детей 4 - 5 лет.**

#### **3. Организация пребывания детей в дошкольной ступени образования.**

В детском саду разработан гибкий режим дня, учитывающий возрастные психофизиологические возможности детей, их интересы и потребности, обеспечивающий взаимосвязь планируемых занятий с повседневной жизнью детей в детском саду. Кроме того, учитываются климатические условия (в течение года режим дня меняется дважды). В отличие от зимнего в летний оздоровительный период увеличивается время пребывания детей на прогулке. Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину дня - до обеда и во вторую половину - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже  $-15^{\circ}\text{C}$  и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже  $-20^{\circ}\text{C}$  и скорости ветра более 15 м/с. Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещение ДОУ. Дневному сну отводится 2 - 2.20 часа. Самостоятельная деятельность детей (игры, подготовка к занятиям, личная гигиена и др.) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов.

Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, включая занятия по дополнительному образованию, составляет 10 занятий. Занятия, требующие повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводятся в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей (среда, четверг). Для профилактики утомления детей такие занятия сочетаются с физкультурными, музыкальными занятиями.

Общественно-полезный труд детей подготовительной группы проводится в форме самообслуживания (дежурства по столовой, сервировка столов, помощь в подготовке к занятиям, уход за комнатными растениями и т.п.). Его продолжительность не превышает 20 минут в день.

#### **Режим дня в средней группе**

Время занятий и их количество в день регламентируется «Примерной Программой» и САНПиНами (не более 2 - 3 занятий в день не более 20 минут). Обязательным элементом каждого занятия является физминутка, которая позволяет отдохнуть, снять мышечное и умственное напряжение. Занятия с детьми, в основе которых доминирует игровая деятельность, в зависимости от программного содержания, проводятся фронтально, подгруппами, индивидуально. Такая форма организации занятий позволяет педагогу уделить каждому воспитаннику максимум внимания, помочь при затруднении, побеседовать, выслушать ответ.

При выборе методик обучения предпочтение отдается развивающим методикам, способствующим формированию познавательной, социальной сфере развития.

Для гарантированной реализации государственного образовательного стандарта в четко определенные временные рамки образовательная нагрузка рассчитывается на 8 месяцев, без учета первой половины сентября, новогодних каникул, второй половины мая и трех летних месяцев.



	(сюжетно - ролевая, режиссерская, игра - драматизация, строительно - конструктивные игры)	
	Детская студия (театрализованные игры)	1 раз в 2 недели
	Досуг здоровья и подвижных игр.	1 раз в 2 недели
	Подвижные игры.	Ежедневно
Познавательная и исследовательская деятельность	Сенсорный игровой и интеллектуальный тренинг ("Школа мышления")	1 раз в 2 недели
	Опыты, эксперименты (в том числе экологической направленности)	1 раз в 2 недели
	Наблюдения за природой (на прогулке).	Ежедневно
Формы творческой активности, обеспечивающей художественно - эстетическое развитие детей	Музыкально - театральная гостиная	1 раз в 2 недели
	Творческая мастерская (рисование, лепка, художественный труд по интересам)	1 раз в 2 недели
	Чтение литературных произведений.	Ежедневно
Самообслуживание и элементарный бытовой труд	Самообслуживание.	Ежедневно

**Примерная сетка самостоятельной деятельности детей в режимных моментах.**

Режимные моменты	Распределение времени в течение дня
Игры, общение, деятельность по интересам во время утреннего приема.	10 -50 минут
Самостоятельные игры в 1-ой половине дня.	20 минут
Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность на прогулке.	1 час - 1 час.30 минут
Самостоятельные игры, досуги общение и деятельность по интересам во 2-ой половине дня.	40 минут
Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность на прогулке.	40 минут
Игры перед уходом домой.	15 - 50 минут

**Содержание психолого-педагогической работы.**

**Задачи образовательной деятельности.**

1. Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.
2. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.
3. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни.
4. Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды;