

*Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Основная общеобразовательная школа» с. Усть-Лыжа  
«Подув тӧддӧмлунъяс сетан общеобразовательной школы»  
муниципальной бюджетной общеобразовательной велӧданін Лыжавом сикт*

ПРИНЯТО

на педагогическом совете  
протокол от 02.09. 2019 г. №1

КОПИЯ ВЕРНА

УТВЕРЖДЕНО

Приказом по МБОУ «ООШ»  
с. Усть-Лыжа  
от 02.09.2019 г. № 230

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по предмету «Развитие движений»**  
**образовательная область «Физическое развитие»**

**I группа раннего возраста (1-2 года)**

**возрастная группа**

**I год обучения**

**срок реализации**

**Составлена с учетом образовательной программы дошкольного образования муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Основная общеобразовательная школа» с. Усть-Лыжа**

**с. Усть-Лыжа**  
**2019 год**

## Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа МБОУ «ООШ» с. Усть - Лыжа разработана в соответствии:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 года № 26;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденным приказом министерства образования в Российской Федерации от 17 октября 2013 года №1155
- Основной образовательной программой дошкольного образования МБОУ «ООШ» с. Усть – Лыжа.

Создавать условия, побуждающие детей к двигательной активности; содействовать развитию основных движений. Учить ходить в прямом направлении, сохраняя равновесие и постепенно включая движения рук; влезать на стремянку и слезать с нее; подлезать, перелезть; отталкивать предметы при бросании и катании; выполнять движения совместно с другими детьми.

### **От 1 года до 1 года 6 месяцев**

**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 x 50 x 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.

### **От 1 года 6 месяцев до 2 лет**

**Ходьба и упражнения в равновесии.** Ходьба стайкой, ходьба по доске (ширина 20 см, длина 1,5-2 м), приподнятой одним концом от пола на 15-20 см. Подъем на опрокинутый вверх дном ящик (50x50x15 см) и спуск с него. Перешагивание через веревку или палку, приподнятую от пола на 12-18 см.

**Ползание, лазанье.** Перелезание через бревно (диаметр 15-20 см), подлезание под веревку, поднятую на высоту 35-40 см, пролезание в обруч (диаметр 45 см). Лазанье по лесенке-стремянке вверх и вниз (высота 1,5 м).

**Катание, бросание.** Катание мяча (диаметр 20-25 см) в паре с взрослым, катание по скату и перенос мяча к скату. Бросание мяча (диаметр 6-8 см) правой и левой рукой на расстояние 50-70 см.

**Общеразвивающие упражнения.** В положении сидя на скамейке поднимание рук вперед и опускание их, отведение за спину. В положении сидя повороты корпуса вправо и влево с передачей предмета. В положении стоя полунаклоны вперед и выпрямление; при поддержке взрослого полунаклоны вперед, перегибаясь через палку (40-45 см от пола). Приседания с поддержкой взрослого.

**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. С детьми старше 1 года 6 месяцев — индивидуально и по подгруппам (2-3 человека).

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

**Формы образовательной деятельности:** игра-занятие.

**Объём образовательной нагрузки:**

Длительность занятий в I группе раннего возраста не более 9 минут – 8 занятия в месяц; 72 занятий в год

### Тематический план

№	Тема занятия	Планируемые результаты	Характеристика основных видов деятельности воспитанников
1-4	«Погремушки»	Учились ходьбе в прямом направлении, упражнялись в ползании, развито чувство равновесия.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Игра упражнение «Принести игрушку».</li> <li>2. «Доползти до погремушки».</li> <li>3. ОРУ (Сидя на коврик) с палкой.</li> <li>4. Взойти на ящик и сойти с него.</li> </ol>
5-8	Идите ко мне»	Учились ходьбе по ограниченной поверхности, познакомились с бросанием мяча. Упражнялись в ползании и подлезании, развито внимание и умение реагировать на слово.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по дорожке.</li> <li>2. ОРУ с обручем.</li> <li>3. Ползание и подлезание под воротца.</li> <li>4. «Идите ко мне» - ходьба с мячом.</li> <li>5. «Идите ко мне» - ходьба с мячом.</li> </ol>
9-12	«Идите к игрушке»	Упражнялись в ходьбе в прямом направлении, ползании и перелезании бревна, бросании мяча, развито умение ориентироваться в пространстве.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Идите к игрушке».</li> <li>2. Ползание и перелезание через бревно (скамейку).</li> <li>3. ОРУ с длинной полкой.</li> <li>4. ОРУ с палкой.</li> <li>5. Броски мяча двумя руками.</li> <li>6. «Идите к собачке».</li> </ol>
13-16	«Бегите ко мне»	Упражнялись в ходьбе по органичной поверхности, ползании и подлезании под палку, бросании мяча, развито ориентировка в пространстве.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по дорожке.</li> <li>2. Ползание и подлезание под палку.</li> <li>3. ОРУ с палкой.</li> <li>4. Броски мяча вперед обеими</li> </ol>

			руками. 5. «Бегите ко мне».
17-20	«Догоните куклу»	Познакомились с броском мешочка на дальность прав и левой рукой, упражнения в ходьбе по гимнастической доске, развито чувство равновесия, умение ориентироваться в пространстве.	1. Ходьба по доске. 2. Ползание или переступание веревки или рейки, см. 3. ОРУ с обручем. 4. Броски мешочка с песком на дальность. 5. ОРУ (лежа на животе). 6. «Догоните куклу».
21-24	«Мячики»	Упражнялись в ходьбе по ребристой доске, умение взойти на ящик и сойти с него. Познакомились броском из – за головы двумя руками, развито внимание и ориентировку в пространстве.	1. Ходьба в прямом направлении и ходьбе по ребристой доске. 2. Ползание по дорожке, между двумя линиями 3. ОРУ с палкой. 4. Бросание мяча на дальность из-за головы двумя руками.
25-28	«Догоните меня»	Учились ходьбе по доске, ползанию, подлезанию под палку, учились бросать одной рукой, воспитывать самостоятельность	1. Ходьба по доске. 2. ОРУ с палкой. 3. Ползание и подлезание под палку. 4. ОРУ с кашей. 5. Броски мяча на дальность из-за головы двумя руками. 6. «Догоните меня».

29-32	«Догоните мяч»	Упражнялись в ходьбе с высоким подниманием ног, познакомились с катанием мяча, повторить ползание и перелезание через скамейку, развито внимание.	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба с высоким подниманием ноги.</li> <li>2. Ползание и перелезание через гимнастическую скамейку.</li> <li>3. ОРУ на скамейке.</li> <li>4. ОРУ на скамейке (держась за полку).</li> <li>5. «Догоните мяч».</li> <li>6. Спокойная ходьба за воспитателем с мячом в руках</li> </ul>
33-36	«Собачка»	Упражнялись в ходьбе по гимнастической доске, повторяли ползание и пролезание в обруч, упражнение в бросании одной рукой, развито внимание.	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке.</li> <li>2. Ползания и перелезания в обруч.</li> <li>3. ОРУ держась за палку</li> <li>4. Броски мяча на дальность правой и левой рукой.</li> <li>5. «Найди, где спрятана собачка».</li> </ul>
37-40	«Бегите ко мне»	Упражнялись в ходьбе по наклонной доске, ползании и перелезании бревна, учились бросать мяч двумя руками, воспитывать смелость и самостоятельность.	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по наклонной доске.</li> <li>2. Ползание и перелезание через бревно.</li> <li>3. Бросание мяча на дальность из-за головы двумя руками.</li> <li>4. ОРУ держась за палку.</li> <li>5. Бегите ко мне.</li> </ul>
41-44	«В гости к куклам»	Упражнялись в ползании и подлезании под скамейку, закрепили умение бросать мяч двумя руками, воспитывать самостоятельность, развили умение ориентироваться в пространстве.	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. ходьба по дорожке.</li> <li>2. Ползание и пролезание под гимнастическую скамейку.</li> <li>3. ОРУ с мячом.</li> <li>4. Броски мяча на дальность.</li> <li>5. «Птички летают», «Птички клюют зернышки».</li> </ul>
45-48	«Обручи»	Упражнялись в ползании и пролезании обруч, познакомились с броском мяча через ленту, упражнялись в ходьбе по наклонной доске, развили умение действовать по сигналу.	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по извилистой дорожке.</li> <li>2. Ползание и пролезание в обруч.</li> <li>3. ОРУ с обручем.</li> <li>4. Ходьба по наклонной доске.</li> <li>5. Броски мяча двумя руками через ленту.</li> <li>6. «Идти по глубокому снегу».</li> </ul>

49-52	«Зайчики и мышки»	Учились катать мяч, ходить по ребристой доске, воспитывать смелость и самостоятельность.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по ребристой доске.</li> <li>2. ОРУ с палкой.</li> <li>3. Катание мяча двумя руками вперед.</li> <li>4. Ползание и перелезание через бревно.</li> <li>5. Ходьба высокого поднимания ноги.</li> <li>6. «Зайчики прыгают», «Мышки идут».</li> </ol>
53-56	«Догоните меня»	Упражнялись в бросании мяча, учились ходить, меняя направление; повторить ползание, развито глазомер и ориентировка в пространстве.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба врассыпную между стульями.</li> <li>2. Ползание на четвереньках.</li> <li>3. Бросание мяча двумя руками вперед снизу.</li> <li>4. ОРУ.</li> <li>5. «Догоните меня».</li> <li>6. «Мышки идут – спокойная ходьба».</li> </ol>
57-60	Идите ко мне»	Учились ходить, высоко поднимая ноги, упражнялись в ползании по гимнастической скамейке, повторили бросание мешочка, развиты равновесие и глазомер.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба, переступая через палку.</li> <li>2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.</li> <li>3. ОРУ на гимнастической скамейке.</li> <li>4. Бросание мешочков с песком на дальность правой и левой рукой.</li> <li>5. Ходьба по наклонной доске</li> </ol>
61-64	Догоните собачку»	Учились ходить по ребристой доске, упражнялись в бросании мяча через ленту, повторили ползание, развито равновесие и глазомер.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по ребристой доске.</li> <li>2. Ползание и подлезание под воротца.</li> <li>3. Броски мяча через ленту.</li> <li>4. ОРУ с обручем.</li> <li>5. ОРУ «Присели и встали».</li> <li>6. «Догоните собачку» и ходьба за собачко</li> </ol>
65-68	« В гости к куклам»	Учились ходить по ребристой доске, бросать мяч двумя руками, в упор бросать гимнастической скамейке, повторили ползание по гимнастической скамейке, развито равновесие и глазомер.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба, переступая через палку гимнастической скамейке.</li> <li>2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.</li> <li>3. Броски мяча двумя руками из-за головы.</li> <li>4. ОРУ с обручем.</li> <li>5. ОРУ «В гости к куклам».</li> <li>6. Бросание мешочков с песком на дальность правой и левой рукой.</li> </ol>

69-72	«Зайчики»	Учились ходьбе со сменой направления, броски по горизонтальную цель, ходьбе по наклонной доске, развито чувство равновесия и ориентировку в пространстве	1.Броски по наклонной доске вверх и вниз. 2.Ползание по гимнастической скамейке 3.ОРУ с мячом. 4.Броски мяча в обруч (корзину). 5.Ходьба по наклонной доске вверх и вниз 6.«Зайчики прыгают».
-------	-----------	--	--

#### **Материально-техническое обеспечение:**

- 1.Учебно-методический комплект (методические пособия, наглядно-дидактические пособия, комплекты для творчества, электронные образовательные ресурсы).
- 2.Технические средства обучения (компьютер, проектор, доска для проектора).
- 3.Оборудование, пособия.

#### **Список литературы:**

- 1.ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования (пилотный вариант) / Под ред.Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А.Васильевой. –3-е изд., испр. и доп. -М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.
- 2.Лайзане Л.Я. Физическая культура для малышей. Пособие для воспитателей детского сада. «Просвещение», 1978