

**«Согласовано»**

на заседании Педагогического совета  
протокол от 14.06.2016 № 6

**«Утверждаю»**

приказ от 14.06.16 № 58-ОД



**Рабочая программа**  
инструктора по физической культуре Орешкиной М. И.  
на 2016-2017 учебный год

**Группа:** 1.2 общеразвивающая для детей младшего дошкольного возраста (2-3 года) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 58 Центрального района Санкт-Петербурга

**Санкт-Петербург,  
2016 год**

# **1.Целевой раздел рабочей программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

|                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Цель                                                                                                   | - Реализация содержания Основной общеобразовательной программы дошкольного образования                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Задачи                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"><li>-Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;</li><li>- Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями развития способностей;</li><li>-Формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;</li><li>-Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.</li></ul> |
| Принципы и подходы к формированию рабочей программы                                                    | <ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей;</li><li>- организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей;</li><li>- обеспечение личностно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам) | Физическое воспитание детей дошкольного возраста представляет собой единую систему воспитательно-оздоровительных мероприятий в режиме дня. Формы организации физического воспитания - это воспитательно-образовательный комплекс разнообразной деятельности детей, основу которой составляет двигательная активность. Совокупность этих форм создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного развития и                                                                                                                                                                                                                                                |

|                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                  | <p>укрепления здоровья детей. К формам организации двигательной деятельности детей относятся:</p> <p>физкультурные занятия, физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня, утренняя гимнастика, подвижные игры, физические упражнения на прогулке, физкультминутки, физические упражнения после дневного сна, закаливающие мероприятия; активный отдых: детский туризм, физкультурный досуг, физкультурные праздники, дни здоровья, самостоятельная двигательная деятельность детей.</p>                         |
| <p>Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)</p>                                    | <p>-Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);</p> <p>- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);</p> <p>- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26).</p> <p>- Основная общеобразовательная программа дошкольного образования</p> |
| <p>Срок реализации рабочей программы</p>                                                                                         | <p>2016-2017 учебный год<br/>(Сентябрь 2016 - август 2017 года)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p><u>Целевые ориентиры</u> освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников)</p> | <p>Ребенок:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Проходит по гимнастической скамейке;</li> <li>- Ударяет мяч об пол и ловит его двумя руками;</li> <li>- Обладает развитой крупной моторикой, выражает стремление осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.);</li> <li>- Реагирует на сигнал и действует в соответствии с ним;</li> <li>- Стремится принимать активное участие в подвижных играх;</li> </ul>                                                                     |

## **2. Содержательный раздел рабочей программы**

## 2.1. Содержание образовательной работы с детьми

| Месяц<br>(или<br>квартал) | Образовательные<br>области         | Темы\направления<br>деятельности | Основные<br>задачи работы с<br>детьми                                                                                                     | Формы работы<br>(занятия,<br>проекты,<br>праздники,<br>концерты др.) |
|---------------------------|------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| IX-2016г                  | Социально-коммуникативное развитие |                                  | Воспитание культурно-гигиенических навыков.                                                                                               |                                                                      |
|                           | Речевое развитие                   |                                  | Игра « Мой веселый звонкий мяч»                                                                                                           |                                                                      |
|                           | Физическое развитие                | Д И А Г Н О С Т И К А            |                                                                                                                                           |                                                                      |
| X-2016г.                  | Социально-коммуникативное развитие |                                  | Учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр                                                                           |                                                                      |
|                           | Речевое развитие                   |                                  | Подвижная игра с речитативом « Дети по лесу гуляли»                                                                                       |                                                                      |
|                           | Физическое развитие                | «Ягоды, грибы»                   | Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. |                                                                      |

|           |                                    |                                                       |                                                                                                                                                                                       |  |
|-----------|------------------------------------|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|           |                                    | «Семья. Мой дом. Предметы домашнего обихода: посуда.» | Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.                                                                  |  |
|           |                                    | «Семья. Мой дом. Мебель.»                             | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.                                                                    |  |
|           |                                    | «Золотая осень.»                                      | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии. |  |
| XI-2016г. | Социально-коммуникативное развитие |                                                       | Рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к                                                                                                                                   |  |

|  |                            |                                                               |                                                                                                                                                                                      |  |
|--|----------------------------|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |                            |                                                               | <p>обтиранию прохладной водой.</p> <p>Обсуждать пользу закаливания.</p>                                                                                                              |  |
|  | Речевое развитие           |                                                               | <p>Комплекс ОРУ с элементами дыхательной гимнастики «Эти забавные животные».</p>                                                                                                     |  |
|  | <b>Физическое развитие</b> | <p><b>«Предметы ближайшего окружения: одежда, обувь.»</b></p> | <p>Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.</p>                                                          |  |
|  |                            | <p><b>«Мой дом, мой город.»</b></p>                           | <p>Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги, упражняться в прокатывании мяча друг другу.</p> |  |

|            |                                    |                                          |                                                                                                                                                             |  |
|------------|------------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|            |                                    | «Домашние животные и птицы.»             | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывать мяча между предметами; упражнять в ползании. |  |
|            |                                    | «Дикие животные и птицы средней полосы.» | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.  |  |
| XII-2016г. | Социально-коммуникативное развитие |                                          | Рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание. Обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений |  |

|  |                            |                          |                                                                                                                                                                                                                                  |                       |
|--|----------------------------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
|  |                            |                          | <p>технику их выполнения.:<br/>Учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.<br/>Формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками</p> | Ситуативный разговор. |
|  | Речевое развитие           |                          | Разучивание считалок.                                                                                                                                                                                                            | Беседа.               |
|  | <b>Физическое развитие</b> | <b>«Дикие животные.»</b> | <p>Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.</p>                                                                                          | Занятие.              |

|            |                                    |                                      |                                                                                                                                           |  |
|------------|------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|            |                                    | «Домашние и дикие животные и птицы.» | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.           |  |
|            |                                    | «Средства связи. Почта.»             | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в прокатывании мяча между предметами умения группироваться при лазании под дугу. |  |
|            |                                    | «Новый год!»                         | Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре.               |  |
| I -2017 г. | Социально-коммуникативное развитие |                                      | Формировать доброжелательное отношение друг к другу,                                                                                      |  |

|  |                     |                                           |                                                                                                                                                                   |                                      |
|--|---------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
|  |                     |                                           | действовать в команде                                                                                                                                             | Игровая беседа с элементами движений |
|  | Речевое развитие    |                                           | Разучивание считалок, потешек.                                                                                                                                    |                                      |
|  | Физическое развитие | <b>Каникулы! Зима в Санкт-Петербурге.</b> | Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.                | Занятие                              |
|  |                     | <b>Зимние забавы.</b>                     | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча.                                      |                                      |
|  |                     | <b>Зима в лесу.</b>                       | Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании. |                                      |

|                  |                                    |                                                         |                                                                                                                |                             |
|------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
|                  |                                    | <b>Животные водоемов. Золотая рыбка.</b>                | Повторить ходьбу с выполнением заданий.<br>Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола.              |                             |
| <b>II-2017г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                         | Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, нос, рот, уши).                                    |                             |
|                  | Речевое развитие                   |                                                         | Подвижная игра «воробышки и кот».                                                                              |                             |
|                  | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Растения как живые существа. Комнатные растения.</b> | Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом.        | Интегративная деятельность. |
|                  |                                    | <b>Транспорт. Труд на транспорте.</b>                   | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги. | Занятие.<br><br>Рассказ.    |

|                   |                                    |                                                     |                                                                                                                                             |                                       |
|-------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
|                   |                                    | <b>День защитника отечества.<br/>Профессии пап.</b> | Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивать координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер. |                                       |
|                   |                                    | <b>Зимующие птицы.</b>                              | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнение в равновесии.                                                                    |                                       |
| <b>III-2017г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                     | Формировать представления о том, что утренняя зарядка, игры, физ.упражнения вызывают хорошее настроение.                                    |                                       |
|                   | Речевое развитие                   |                                                     | Подвижная игра «зайка серый умывается»                                                                                                      |                                       |
|                   | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Перелетные птицы.</b>                            | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, повторить прыжки между предметами.                                                                | Игровая беседа с элементами движений. |
|                   |                                    | <b>Наши бабушки и мамы.</b>                         | Разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.                                                                  |                                       |

|            |                                    |                                                                   |                                                                                                                 |                             |
|------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
|            |                                    |                                                                   |                                                                                                                 | Занятие.                    |
|            |                                    | <b>Предметы, облегчающие труд в быту. Электробытовые приборы.</b> | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча об пол и ловле его двумя руками. |                             |
|            |                                    | <b>Домашние питомцы.</b>                                          | Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании.               |                             |
| IV-2017 г. | Социально-коммуникативное развитие |                                                                   | Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым.                                                      |                             |
|            | Речевое развитие                   |                                                                   | Подвижная игра «Мы топаем ногами»                                                                               | Интегративная деятельность. |
|            | Физическое развитие                | <b>Мои любимые книги.</b>                                         | Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры.                                                    |                             |
|            |                                    | <b>12 апреля – День Космонавтики.</b>                             | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; прыжках                                                        | Занятие.                    |

|                  |                                    |                             |                                                                                                                                                    |                       |
|------------------|------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
|                  |                                    |                             | высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги.                                                                                                  | Рассказ.              |
|                  |                                    | <b>Предметы вокруг нас.</b> | Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. |                       |
|                  |                                    | <b>Земля наш общий дом.</b> | Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами.                                                       |                       |
| <b>V-2017 г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                             | Дать представление о ценности здоровья.                                                                                                            |                       |
|                  | Речевое развитие                   |                             | Подвижная игра «огуречик, огуречик»                                                                                                                | Ситуативный разговор. |
|                  | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Цветущая весна.</b>      | Повторить ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве.                                                                           |                       |
|                  |                                    |                             |                                                                                                                                                    | Беседа.               |

|                                |                                    |                                                      |                                                                                                                         |          |
|--------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|                                |                                    | <b>Моя страна. День Победы.</b>                      | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги.                           | Занятие. |
|                                |                                    | <b>Насекомые</b>                                     | Упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.                                       |          |
|                                |                                    | <b>Моя страна. С Днем рождения, Санкт-Петербург!</b> | Упражнять в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.                                               |          |
| <b>VI-VII-VIII<br/>2017 г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                      | Формировать представления о том, что утренняя зарядка, игры, физ.упражнения вызывают хорошее настроение.                |          |
|                                | Речевое развитие                   |                                                      | Подвижные игры с речетативом                                                                                            |          |
|                                | <b>Физическое развитие</b>         |                                                      | Повторить ходьбу с выполнением задания, со сменой направления движения; прыжки в длину; задания в равновесии; развивать |          |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                 |  |
|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | ловкость в заданиях с мячом;<br>упражнять в подлезании под шнур.<br><b>Подвижные игры:</b> Наседка и циплята; Найди свой цвет; Поймай комара; Лягушки; Птички в гнездышках; Угадай кто кричит?. |  |
|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной адаптированной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников**

| Объект педагогической диагностики (мониторинга)                                         | Формы и методы педагогической диагностики | Периодичность проведения педагогической диагностики | Длительность проведения педагогической диагностики | Сроки проведения педагогической диагностики |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| <b>Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"</b> | -Наблюдение                               | 2 раза в год                                        | 1-2 недели в каждой группе                         | Сентябрь<br>Май                             |

**2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников**

| месяц      | Темы                               | Формы работы                              | Дополнительная информация                 |
|------------|------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------|
| IX-2016 г. | Физ. развитие ребенка в д/ саду    | Индивидуальные беседы с родителями        | Информация в группах                      |
| X-2016 г.  | Посещение род. собраний по группам | Выступление на тему «Ребенок и физическая | Выступление на тему «Ребенок и физическая |

|             |                                                                       |                                     |                                                                 |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
|             |                                                                       | культура»                           | культура»                                                       |
| XI-2016 г.  | «Занимаются ли дома спортом»                                          | Анкетирование                       | Информация в род. уголках по группам                            |
| XII-2016 г. | Фото выставка «зимние виды спорта»                                    | Беседы с родителями                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| I-2017 г.   | «Папа, мама, я-спортивная семья»                                      | Вечера досугов с участием родителей | Информация в род. уголках по группам                            |
| II-2017 г.  | «В здоровом теле, здоровый дух».                                      | Открытые занятия для родителей      | Информация в род. уголках по группам.                           |
| III-2017 г. | «Физ. воспитание – залог правильного эмоционального развития ребенка» | Беседы с родителями                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| IV-2017 г.  | Спортивный инвентарь.                                                 | Вечера досугов с участием родителей | Помощь родителей в изготовлении спорт. инвентаря своими руками. |
| V-2017 г.   | «Чему научился ваш ребенок?»                                          | Беседы с родителями                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VI-2017 г.  | Физическое и эмоциональное развитие ребенка во время отдыха           | Индивидуальные беседы с родителями. | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VII-2017    | «Что мы знаем о закаливании»                                          | Анкетирование                       | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VIII-2017   | Безопасный отдых                                                      | Беседы с родителями                 | Информация в род. уголках по группам.                           |

### **3. Организационный раздел рабочей программы.**

#### **3.1. Структура реализации образовательной деятельности**

| <b>Совместная деятельность педагога с детьми</b> | <b>Самостоятельная деятельность детей</b> | <b>Виды деятельности, технологии</b> | <b>Индивидуальный маршрут развития ребенка</b> |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------------------|
| Занятия по физическому                           | Создание условий для                      | Разнообразные формы                  | Индивидуальная работа с детьми                 |

|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| развитию 3 раза в неделю в каждой возрастной группе. Спортивные развлечения- « Кто быстрее?», « Зимние радости», « Мы растем сильными и смелыми» | самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах: во время прогулки; подвижные игры; физ.минутки. | двигательной рекреации:<br>-физ.-оздоровительные мероприятия в режиме дня;<br>-игры на воздухе;<br>-физ. праздники;<br>-дни здоровья;<br>-беседы о здоровье в игровых ситуациях;<br>-викторины и конкурсы на оздоровительную тематику. | группы направлена на развитие физических способностей детей по итогам мониторинга. Занятия проводятся индивидуально и по подгруппам. Состав подгрупп может меняться в течение года в зависимости от индивидуальных успехов каждого ребенка. Частота проведения индивидуальных занятий определяется возрастом и индивидуальными психофизическим и особенностями детей, продолжительность индивидуальных занятий 5 - 10 минут. |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

### 3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26)

| Группы      | Продолжительность одного занятия по физическому развитию | Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u> |
|-------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| 1-я младшая | 15 мин.                                                  | 3                                                                          |

### 3.3. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

| Образовательная область,<br>направление образовательной деятельности | Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.) |                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Физическое развитие</b>                                           | Н.А. Фомина                                                                   | «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика». Методические рекомендации по физическому развитию дошкольников. М., «Издательство «БАЛАСС». |
|                                                                      | Н.В.Полтавцева<br>Н.А.Гордова                                                 | Физическая культура в дошкольном детстве. М. "Просвещение"                                                                            |
|                                                                      | Зимонина В.Н.                                                                 | Программно-методическое пособие «Расту здоровым». М. Мозаика-Синтез.                                                                  |
|                                                                      | Л.И.Пензулаева                                                                | Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. М. "Просвещение".                                                                             |
|                                                                      | М.А.Рунова                                                                    | Движение день за днем. М., ООО "Линка-пресс".                                                                                         |
|                                                                      | Галицына Н. С.                                                                | Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. М. "Просвещение".                                        |
|                                                                      | Н.М. Соломенникова                                                            | «Организация спортивного досуга дошкольников 2-7 лет». Волгоград, «Учитель» 2011 г.                                                   |

«Согласовано»

на заседании Педагогического совета  
протокол от 14.06.2016 № 6

«Утверждаю»

приказ от

14.06.16 №

56



## **Рабочая программа**

инструктора по физической культуре Орешкиной М. И.  
на 2016-2017 учебный год

**Группа:** 2.2 общеразвивающая для детей младшего дошкольного возраста (3-4 года) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения Детский сад № 58 Центрального района Санкт-Петербурга

**Санкт-Петербург,  
2016 год**

# **1.Целевой раздел рабочей программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

|                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Цель                                                                                                   | - Реализация содержания Основной общеобразовательной программы дошкольного образования                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Задачи                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"><li>-Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;</li><li>- Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями развития способностей;</li><li>-Формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;</li><li>-Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.</li></ul> |
| Принципы и подходы к формированию рабочей программы                                                    | <ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей;</li><li>- организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей;</li><li>- обеспечение личностно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам) | Физическое воспитание детей дошкольного возраста представляет собой единую систему воспитательно-оздоровительных мероприятий в режиме дня. Формы организации физического воспитания - это воспитательно-образовательный комплекс разнообразной деятельности детей, основу которой составляет двигательная активность. Совокупность этих форм создает определенный двигательный режим,                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                      | <p>необходимый для полноценного развития и укрепления здоровья детей. К формам организации двигательной деятельности детей относятся:</p> <p>физкультурные занятия, физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня, утренняя гимнастика, подвижные игры, физические упражнения на прогулке, физкультминутки, физические упражнения после дневного сна, закаливающие мероприятия; активный отдых: детский туризм, физкультурный досуг, физкультурные праздники, дни здоровья, самостоятельная двигательная деятельность детей.</p>                                            |
| <p>Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)</p>                                        | <p>-Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);</p> <p>- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);</p> <p>- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26).</p> <p>- Основная общеобразовательная программа дошкольного образования</p>                                                            |
| <p>Срок реализации рабочей программы</p>                                                                                             | <p>2016-2017 учебный год<br/>(Сентябрь 2016 - август 2017 года)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p><u>Целевые ориентиры</u><br/>освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников)</p> | <p>Ребенок:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Проходит по гимнастической скамейке;</li> <li>- Ударяет мяч об пол и ловит его двумя руками;</li> <li>- Обладает развитой крупной моторикой, выражает стремление осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.);</li> <li>- Реагирует на сигнал и действует в соответствии с ним;</li> <li>- Сремится принимать активное участие в подвижных играх;</li> <li>- Использует предметы домашнего обихода, личной гигиены, выполняет орудийные действия с предметами бытового назначения</li> </ul> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>с незначительной помощью взрослого;</p> <p>– С незначительной помощью взрослого стремится поддерживать опрятность во внешнем виде, выполняет основные культурно-гигиенические действия, ориентируясь на образец и словесные просьбы взрослого.</p> |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## **2. Содержательный раздел рабочей программы**

### **2.1. Содержание образовательной работы с детьми**

| Месяц<br>(или<br>квартал) | Образовательные<br>области         | Темы\направления<br>деятельности | Основные<br>задачи работы с<br>детьми                           | Формы работы<br>(занятия,<br>проекты,<br>праздники,<br>концерты др.) |
|---------------------------|------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| IX-2016г                  | Социально-коммуникативное развитие |                                  | Воспитание культурно-гигиенических навыков.                     |                                                                      |
|                           | Речевое развитие                   |                                  | Игра « Мой веселый звонкий мяч»                                 |                                                                      |
|                           | Физическое развитие                | Д И А Г Н О С Т И К А            |                                                                 |                                                                      |
| X-2016г.                  | Социально-коммуникативное развитие |                                  | Учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр |                                                                      |
|                           | Речевое развитие                   |                                  | Подвижная игра с речитативом « Дети по лесу гуляли»             |                                                                      |

|  |                            |                                                              |                                                                                                                                               |                                                      |
|--|----------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
|  | <b>Физическое развитие</b> | <b>«Ягоды, грибы»</b>                                        | Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.     | Занятие.<br><br>Игровая беседа с элементами движений |
|  |                            | <b>«Семья. Мой дом. Предметы домашнего обихода: посуда.»</b> | Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.                          |                                                      |
|  |                            | <b>«Семья. Мой дом. Мебель.»</b>                             | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.                            |                                                      |
|  |                            | <b>«Золотая осень.»</b>                                      | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на |                                                      |

|           |                                    |                                                          |                                                                                                                                            |  |
|-----------|------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|           |                                    |                                                          | четвереньках и<br>упражнений в<br>равновесии.                                                                                              |  |
| XI-2016г. | Социально-коммуникативное развитие |                                                          | Рассказывать о<br>пользе<br>закаливания,<br>приучать детей к<br>обтиранию<br>прохладной<br>водой.<br>Обсуждать<br>пользу за-<br>каливания. |  |
|           | Речевое развитие                   |                                                          | Комплекс ОРУ с<br>элементами<br>дыхательной<br>гимнастики «Эти<br>забавные<br>животные».                                                   |  |
|           | Физическое развитие                | «Предметы<br>ближайшего<br>окружения:<br>одежда, обувь.» | Упражнять детей<br>в равновесии при<br>ходьбе по<br>ограниченной<br>площади опоры, в<br>приземлении на<br>полусогнутые<br>ноги в прыжках.  |  |

|  |  |                                     |                                                                                                                                                                               |  |
|--|--|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  | <b>«Мой дом, мой город.»</b>        | Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги, упражняться в прокатывании мяча друг другу. |  |
|  |  | <b>«Домашние животные и птицы.»</b> | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывать мяча между предметами; упражнять в ползании.                   |  |

|           |                                    |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                       |
|-----------|------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
|           |                                    | «Дикие животные и птицы средней полосы.» | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.                                                                                                                                                                                                         |                       |
| ХП-2016г. | Социально-коммуникативное развитие |                                          | <p>Рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание.</p> <p>Обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений технику их выполнения.:<br/>Учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.</p> <p>Формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение</p> | Ситуативный разговор. |

|                        |                  |                                            |                                                                                                                                                             |          |
|------------------------|------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|                        |                  |                                            | объединяться в<br>игре со<br>сверстниками                                                                                                                   | Беседа.  |
|                        | Речевое развитие |                                            | Разучивание<br>считалок.                                                                                                                                    |          |
| Физическое<br>развитие |                  | «Дикие<br>животные.»                       | Упражнять детей<br>в ходьбе и беге<br>враспынную,<br>развивая<br>ориентировку в<br>пространстве; в<br>сохранении<br>устойчивого<br>равновесия и<br>прыжках. | Занятие. |
|                        |                  | «Домашние и<br>дикие животные и<br>птицы.» | Упражнять в<br>ходьбе и беге с<br>выполнением<br>заданий; в<br>приземлении на<br>полусогнутые<br>ноги в прыжках<br>со скамейки; в<br>прокатывании<br>мяча.  |          |
|                        |                  | «Средства связи.<br>Почта.»                | Упражнять детей<br>в ходьбе и беге с<br>остановкой по<br>сигналу; в<br>прокатывании<br>мяча между<br>предметами<br>умении<br>группироваться                 |          |

|           |                                    |              |                                                                                                                             |                                      |
|-----------|------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
|           |                                    |              | при лазании под дугу.                                                                                                       |                                      |
|           |                                    | «Новый год!» | Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре. |                                      |
| I -2017г. | Социально-коммуникативное развитие |              | Формировать доброжелательное отношение друг к другу, действовать в команде                                                  | Игровая беседа с элементами движений |
|           | Речевое развитие                   |              | Разучивание считалок, потешек.                                                                                              |                                      |

|                            |                                           |                                                                                                                                                                   |                |
|----------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| <b>Физическое развитие</b> | <b>Каникулы! Зима в Санкт-Петербурге.</b> | Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.                | <b>Занятие</b> |
|                            | <b>Зимние забавы.</b>                     | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча.                                      |                |
|                            | <b>Зима в лесу.</b>                       | Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании. |                |
|                            | <b>Животные водоемов. Золотая рыбка.</b>  | Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь                                                                                 |                |

|          |                                    |                                                  |                                                                                                                |                             |
|----------|------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
|          |                                    |                                                  | руками пола.                                                                                                   |                             |
| II-2017. | Социально-коммуникативное развитие |                                                  | Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, нос, рот, уши).                                    |                             |
|          | Речевое развитие                   |                                                  | Подвижная игра «воробышки и кот».                                                                              |                             |
|          | Физическое развитие                | Растения как живые существа. Комнатные растения. | Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом.        | Интегративная деятельность. |
|          |                                    | Транспорт. Труд на транспорте.                   | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги. | Занятие.<br><br>Рассказ.    |

|                   |                                    |                                                     |                                                                                                                                             |                                       |
|-------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
|                   |                                    | <b>День защитника отечества.<br/>Профессии пап.</b> | Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивать координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер. |                                       |
|                   |                                    | <b>Зимующие птицы.</b>                              | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнение в равновесии.                                                                    |                                       |
| <b>III-2017г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                     | Формировать представления о том, что утренняя зарядка, игры, физ.упражнения вызывают хорошее настроение.                                    |                                       |
|                   | Речевое развитие                   |                                                     | Подвижная игра «зайка серый умывается»                                                                                                      |                                       |
|                   | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Перелетные птицы.</b>                            | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, повторить прыжки между предметами.                                                                | Игровая беседа с элементами движений. |
|                   |                                    | <b>Наши бабушки и мамы.</b>                         | Разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.                                                                  |                                       |

|            |                                    |                                                                   |                                                                                                                 |                             |
|------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
|            |                                    |                                                                   |                                                                                                                 | Занятие.                    |
|            |                                    | <b>Предметы, облегчающие труд в быту. Электробытовые приборы.</b> | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча об пол и ловле его двумя руками. |                             |
|            |                                    | <b>Домашние питомцы.</b>                                          | Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании.               |                             |
| IV-2017 г. | Социально-коммуникативное развитие |                                                                   | Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым.                                                      |                             |
|            | Речевое развитие                   |                                                                   | Подвижная игра «Мы топаем ногами»                                                                               | Интегративная деятельность. |
|            | Физическое развитие                | <b>Мои любимые книги.</b>                                         | Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры.                                                    |                             |
|            |                                    | <b>12 апреля – День Космонавтики.</b>                             | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; прыжках                                                        | Занятие.                    |

|                  |                                    |                             |                                                                                                                                                    |                       |
|------------------|------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
|                  |                                    |                             | высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги.                                                                                                  | Рассказ.              |
|                  |                                    | <b>Предметы вокруг нас.</b> | Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. |                       |
|                  |                                    | <b>Земля наш общий дом.</b> | Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами.                                                       |                       |
| <b>V-2017 г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                             | Дать представление о ценности здоровья.                                                                                                            |                       |
|                  | Речевое развитие                   |                             | Подвижная игра «огуречик, огуречик»                                                                                                                | Ситуативный разговор. |
|                  | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Цветущая весна.</b>      | Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве.                                                                           |                       |
|                  |                                    |                             |                                                                                                                                                    | Беседа.               |

|                                |                                    |                                                      |                                                                                                               |          |
|--------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|                                |                                    | <b>Моя страна. День Победы.</b>                      | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги.                 | Занятие. |
|                                |                                    | <b>Насекомые</b>                                     | Упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.                             |          |
|                                |                                    | <b>Моя страна. С Днем рождения, Санкт-Петербург!</b> | Упражнять в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.                                     |          |
| <b>VI-VII-VIII<br/>2017 г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                      | Рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. Обсуждать пользу закаливания. |          |
|                                | Речевое развитие                   |                                                      | Заклички, считалки                                                                                            |          |
|                                | <b>Физическое развитие</b>         |                                                      | Повторить ходьбу с выполнением задания, со сменой направления движения; прыжки в длину;                       |          |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | задания в<br>равновесии;<br>развивать<br>ловкость в<br>заданиях с мячом;<br>упражнять в<br>подлезании под<br>шнур.<br><b>Подвижные<br/>         игры:</b> Наседка и<br>циплята; Найди<br>свой цвет;<br>Поймай комара;<br>лягушки; Птички<br>в гнездышках;<br>Угадай кто<br>кричит?. |  |
|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения  
 детьми планируемых результатов освоения основной адаптированной  
 программы дошкольного образования по физическому развитию  
 воспитанников (во всех группах)**

| Объект педагогической диагностики (мониторинга)                                             | Формы и методы педагогической диагностики | Периодичность проведения педагогической диагностики | Длительность проведения педагогической диагностики | Сроки проведения педагогической диагностики |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| <b>Индивидуальные достижения детей в образовательной области:<br/>"Физическое развитие"</b> | -Наблюдение                               | 2 раза в год                                        | 1-2 недели в каждой группе                         | Сентябрь<br>Май                             |

**2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными  
 представителями) воспитанников**

| месяц      | Темы                            | Формы работы                       | Дополнительная информация |
|------------|---------------------------------|------------------------------------|---------------------------|
| IX-2016 г. | Физ. развитие ребенка в д/ саду | Индивидуальные беседы с родителями | Информация в группах      |

|             |                                                                       |                                                     |                                                                 |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| X-2016 г.   | Посещение род. по собраний группам                                    | Выступление на тему «Ребенок и физическая культура» | Выступление на тему «Ребенок и физическая культура»             |
| XI-2016 г.  | «Занимаются ли дома спортом»                                          | Анкетирование                                       | Информация в род. уголках по группам                            |
| XII-2016 г. | Фото выставка «зимние виды спорта»                                    | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| I-2017 г.   | «Папа, мама, я-спортивная семья»                                      | Вечера досугов с участием родителей                 | Информация в род. уголках по группам                            |
| II-2017 г.  | «В здоровом теле, здоровый дух».                                      | Открытые занятия для родителей                      | Информация в род. уголках по группам.                           |
| III-2017 г. | «Физ. воспитание – залог правильного эмоционального развития ребенка» | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| IV-2017 г.  | Спортивный инвентарь.                                                 | Вечера досугов с участием родителей                 | Помощь родителей в изготовлении спорт. инвентаря своими руками. |
| V-2017 г.   | «Чему научился ваш ребенок?»                                          | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VI-2017 г.  | Физическое и эмоциональное развитие ребенка во время отдыха           | Индивидуальные беседы с родителями.                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VII-2017    | «Что мы знаем о закаливании»                                          | Анкетирование                                       | Информация в род. уголках по группам                            |
| VIII-2017   | Безопасный отдых                                                      | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам                            |

### **3. Организационный раздел рабочей программы.**

#### **3.1. Структура реализации образовательной деятельности**

| Совместная деятельность педагога с детьми | Самостоятельная деятельность детей | Виды деятельности, технологии | Индивидуальный маршрут развития ребенка |
|-------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------|
| Занятия по                                | Создание условий                   | Разнообразные                 | Индивидуальная                          |

|                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>физическому развитию 3 раза в неделю в каждой возрастной группе. Спортивные развлечения- « Кто быстрее?», « Зимние радости», « Мы растем сильными и смелыми»</p> | <p>для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах: во время прогулки; подвижные игры; физ.минутки.</p> | <p>формы двигательной рекреации:<br/>-физ.- оздоровительные мероприятия в режиме дня;<br/>-игры на воздухе;<br/>-физ. праздники;<br/>-дни здоровья;<br/>-беседы о здоровье в игровых ситуациях;<br/>-викторины и конкурсы на оздоровительную тематику.</p> | <p>работа с детьми группы направлена на развитие физических способностей детей по итогам мониторинга. Занятия проводятся индивидуально и по подгруппам. Состав подгрупп может меняться в течение года в зависимости от индивидуальных успехов каждого ребенка. Частота проведения индивидуальных занятий определяется возрастом и индивидуальными психофизическим и особенностями детей, продолжительность индивидуальных занятий 5 - 10 минут.</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26)

| Группы      | Продолжительность одного занятия по физическому развитию | Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u> |
|-------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| 2-я младшая | 15 мин.                                                  | 3                                                                          |

### 3.3. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

| Образовательная область,<br>направление образовательной деятельности | Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.) |                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Физическое развитие</b>                                           | Н.А. Фомина                                                                   | «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика». Методические рекомендации по физическому развитию дошкольников. М., «Издательство «БАЛАСС». |
|                                                                      | Н.В.Полтавцева<br>Н.А.Гордова                                                 | Физическая культура в дошкольном детстве. М. "Просвещение"                                                                            |
|                                                                      | Глазырина Л. Д.                                                               | «Занимательная физкультура для детей 4-7 лет». Планирование, конспекты занятий. М. "Просвещение".                                     |
|                                                                      | Зимонина В.Н.                                                                 | Программно-методическое пособие «Расту здоровым». М. Мозаика-Синтез.                                                                  |
|                                                                      | Л.И.Пензулаева                                                                | Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. М. "Просвещение".                                                                             |
|                                                                      | М.А.Рунова                                                                    | Движение день за днем. М., ООО "Линка-пресс".                                                                                         |
|                                                                      | Галицына Н. С.                                                                | Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. М. "Просвещение".                                        |
|                                                                      | Н.М. Соломенникова                                                            | «Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет». Волгоград, «Учитель» 2011 г.                                                   |

«Согласовано»

на заседании Педагогического совета  
протокол от 14.06.2016 № 6

«Утверждаю»

приказ от 14.06.16 № 56



**Рабочая программа**  
инструктора по физической культуре Орешкиной М.И.  
на 2016-2017 учебный год

**Группа: 3.2.** общеразвивающая для детей среднего дошкольного возраста ( 4-5 лет) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения Детский сад № 58 Центрального района Санкт-Петербурга

**Санкт-Петербург,  
2016 год**

# **1.Целевой раздел рабочей программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

|                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Цель                                                | - Реализация содержания Основной общеобразовательной программы дошкольного образования                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Задачи                                              | <ul style="list-style-type: none"><li>-Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;</li><li>- Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями развития способностей;</li><li>-Формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;</li><li>-Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.</li></ul>                                                                                                                                                                                         |
| Принципы и подходы к формированию рабочей программы | <ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей;</li><li>- организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей;</li><li>- обеспечение личностно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников;</li><li>- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;</li><li>- сотрудничество организации с семьями;</li><li>- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;</li><li>- обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей;</li><li>- организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей;</li><li>- обеспечение личностно-ориентированного и</li></ul> |

|                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                  | <p>деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам)</p>                    | <p>Основные достижения детей среднего возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; развитием образного мышления и воображения, развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками.</p>                                                                                                                                                                                                                  |
| <p>Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)</p>                                    | <p>-Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);</p> <p>- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);</p> <p>- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26).</p> <p>- Основная общеобразовательная программа дошкольного образования</p>                                                                                        |
| <p>Срок реализации рабочей программы</p>                                                                                         | <p>2016-2017 учебный год<br/>(Сентябрь 2016 - август 2017 года)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p><u>Целевые ориентиры</u> освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников)</p> | <p>Ребенок:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проходит по скамейке, перешагивая незначительные препятствия (например, набивные мячи);</li> <li>- отбивает мяч о землю одной рукой несколько раз подряд;</li> <li>- бегает, преодолевая препятствия: обегая кегли, пролезает в обруч;</li> <li>- подбрасывает и ловит мяч двумя руками с хлопком (несколько раз);</li> <li>- выполняет двигательные цепочки из трех-пяти элементов;</li> <li>- самостоятельно перестраивается в звенья с опорой на ориентиры;</li> <li>- выполняет общеразвивающие упражнения, ходьбу, бег в заданном</li> </ul> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>темпе;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполняет движения с речевым и музыкальным сопровождением (по образцу, данному взрослым, самостоятельно);</li> <li>– элементарно описывает по вопросам взрослого свое самочувствие, может привлечь внимание взрослого в случае плохого самочувствия, боли и т. д.;</li> </ul> |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## **2. Содержательный раздел рабочей программы**

### **2.1. Содержание образовательной работы с детьми**

| <b>Месяц (или квартал)</b> | <b>Образовательные области</b>     | <b>Темы\направления деятельности</b> | <b>Основные задачи работы с детьми</b>      | <b>Формы работы (занятия, проекты, праздники, концерты др.)</b> |
|----------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <b>IX-2016г</b>            | Социально-коммуникативное развитие |                                      | Воспитание культурно-гигиенических навыков. |                                                                 |
|                            | Речевое развитие                   |                                      | Игра « Мой веселый звонкий мяч»             |                                                                 |
|                            | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Д И А Г Н О С Т И К А</b>         |                                             |                                                                 |
| <b>X-2016г.</b>            | Социально-коммуникативное          |                                      | Воспитание культурно-                       |                                                                 |
|                            |                                    |                                      |                                             |                                                                 |
|                            | развитие                           |                                      | гигиенических навыков.                      |                                                                 |
|                            | Речевое развитие                   |                                      | Подвижная игра « кот и мыши»                |                                                                 |

|           |                            |                                                            |                                                                                                                                                                    |                                                      |
|-----------|----------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
|           | <b>Физическое развитие</b> | <b>Кладовая леса: ягоды, грибы.</b>                        | Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола в мягком приземлении на полусогнутые ноги. | Занятие.<br><br>Игровая беседа с элементами движений |
|           |                            | <b>Семья. Мой дом. Предметы домашнего обихода: посуда.</b> | Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; закреплять умение прокатывать мяч друг другу.                                                       |                                                      |
|           |                            | <b>Семья. Мой дом. Мебель.</b>                             | Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках; закреплять умение действовать по сигналу.                                                      |                                                      |
|           |                            | <b>Золотая осень.</b>                                      | Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски.                                                             |                                                      |
| XI-2016г. | Социально-                 |                                                            | Учить готовить                                                                                                                                                     |                                                      |

|                   |                                    |                                                                      |                                                                                                         |                                      |
|-------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
|                   | коммуникативное развитие           |                                                                      | инвентарь перед началом проведения занятий и игр.                                                       |                                      |
|                   | Речевое развитие                   |                                                                      | Подвижная игра «огуречик, огуречик».                                                                    |                                      |
|                   | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Предметы ближайшего окружения: одежда, обувь, головные уборы.</b> | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах.                              | Ситуативный разговор.<br><br>Беседа. |
|                   |                                    | <b>Мой дом, мой город. Стройка.</b>                                  | Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге «змейкой» между предметами.  |                                      |
|                   |                                    | <b>Домашние животные и птицы.</b>                                    | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках, в прокатывании мяча.                     |                                      |
|                   |                                    | <b>Дикie животные и птицы средней полосы. Профессия лесника.</b>     | Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча. |                                      |
| <b>XII-2016г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                                      | Рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.<br>Обсуждать пользу за- |                                      |

|                   |                                    |                                              |                                                                                                                                         |                                                     |
|-------------------|------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
|                   |                                    |                                              | каливания.                                                                                                                              |                                                     |
|                   | Речевое развитие                   |                                              | Подвижная игра «зайцы и волк».                                                                                                          |                                                     |
|                   | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Дикие животные: класс пресмыкающихся.</b> | Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие. | Игровая беседа с элементами движений<br><br>Занятие |
|                   |                                    | <b>Животные севера и жарких стран.</b>       | Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги.                                          |                                                     |
|                   |                                    | <b>Средства связи. Почта.</b>                | Развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.                                   |                                                     |
|                   |                                    | <b>Новый год! Игрушки.</b>                   | Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе.      |                                                     |
| <b>I -2017 г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                              | Рассказывать о пользе дыхательных упражнений,                                                                                           |                                                     |

|                     |                                               |                                                                                                              |                                                                |  |
|---------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--|
|                     |                                               |                                                                                                              | приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание. |  |
|                     | Речевое развитие                              |                                                                                                              | Подвижная игра « у медведя во бору»                            |  |
| Физическое развитие | Каникулы! Зима, Рождество в Санкт-Петербурге. | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; повторить упражнения в прыжках.             | Интегративная деятельность.<br><br>Занятие.<br><br>Рассказ.    |  |
|                     | Зимние забавы, игры.                          | Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.           |                                                                |  |
|                     | Зима в лесу.                                  | Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. |                                                                |  |
|                     | Животные водоемов. Рыбки в аквариуме.         | Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по               |                                                                |  |

|           |                                    |                                                        |                                                                                                                                     |                                                      |
|-----------|------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
|           |                                    |                                                        | гимнастической скамейке.                                                                                                            |                                                      |
| II-2017г. | Социально-коммуникативное развитие |                                                        | Формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками.                               |                                                      |
|           | Речевое развитие                   |                                                        | Разучивание считалок                                                                                                                |                                                      |
|           | Физическое развитие                | Растения как живые существа. Комнатные растения.       | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках.                                        | Занятие.<br><br>Игровая беседа с элементами движений |
|           |                                    | Транспорт. Труд на транспорте.                         | Упражнять детей из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.                                       |                                                      |
|           |                                    | День защитника отечества. Наша Армия. Военная техника. | Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках. |                                                      |
|           |                                    | Зимующие птицы.                                        | Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения;                                                                         |                                                      |

|            |                                    |                                                            |                                                                                                                                            |                                                       |
|------------|------------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|            |                                    |                                                            | повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.                                                                          |                                                       |
| III-2017г. | Социально-коммуникативное развитие |                                                            | Формировать доброжелательное отношение друг к другу, действовать в команде                                                                 |                                                       |
|            | Речевое развитие                   |                                                            | Подвижная игра «лошадки»                                                                                                                   |                                                       |
|            | Физическое развитие                | Перелетные птицы.                                          | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнение в равновесии и прыжках. | Игровая беседа с элементами движений.<br><br>Занятие. |
|            |                                    | Наши бабушки и мамы.                                       | Упражнять детей в прыжках в длину с места; повторить ходьбу и бег врассыпную.                                                              |                                                       |
|            |                                    | Предметы, облегчающие труд в быту. Электробытовые приборы. | Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, в беге в медленном темпе до 1 мин., в чередовании с ходьбой.                                 |                                                       |
|            |                                    | Домашние питомцы.                                          | Упражнять детей в ходьбе и беге между                                                                                                      |                                                       |

|            |                                    |                                                          |                                                                                                              |                             |
|------------|------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
|            |                                    |                                                          | предметами, в<br>равновесии;<br>повторить<br>задание в<br>прыжках.                                           |                             |
| IV-2017 г. | Социально-коммуникативное развитие |                                                          | Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, нос, рот, уши).                                  |                             |
|            | Речевое развитие                   |                                                          | Подвижная игра «птички и кошка»                                                                              |                             |
|            | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Мои любимые книги.</b>                                | Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. | Интегративная деятельность. |
|            |                                    | <b>12 апреля – День Космонавтики. Покорение космоса.</b> | Метание мешочков в горизонтальную цель, повторить упражнения с мячами.                                       | Занятие.                    |
|            |                                    | <b>Предметы вокруг нас.</b>                              | Развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.                  | Рассказ.                    |
|            |                                    | <b>Земля наш общий дом.</b>                              | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании                         |                             |

|               |                                    |                                                      |                                                                                                               |                                       |
|---------------|------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
|               |                                    |                                                      | мячей друг другу.                                                                                             |                                       |
| V-<br>2017 г. | Социально-коммуникативное развитие |                                                      | Формировать представления о том, что утренняя зарядка, игры, физ.упражнения вызывают хорошее настроение.      |                                       |
|               | Речевое развитие                   |                                                      | Разучивание считалок, потешек.                                                                                |                                       |
|               | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Цветущая весна.</b>                               | Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | Игровая беседа с элементами движений. |
|               |                                    | <b>Моя страна. День Победы.</b>                      | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом.   | Занятие.                              |
|               |                                    | <b>Насекомые.</b>                                    | Повторить ходьбу со сменой ведущего; развивать ловкость в упражнениях с мячом.                                |                                       |
|               |                                    | <b>Моя страна. С Днем рождения, Санкт-Петербург!</b> | Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием                                                                |                                       |

|                                    |                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|------------------------------------|-------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                    |                                           |  | колен, беге<br>врассыпную, в<br>ползании по<br>скамейке.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
| <b>VI-VII-<br/>VII<br/>2017 г.</b> | Социально-<br>коммуникативное<br>развитие |  | Формировать<br>навык ролевого<br>поведения при<br>проведении игр и<br>умение<br>объединяться в<br>игре со<br>сверстниками.                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |
|                                    | Речевое развитие                          |  | Считалки,<br>заклички.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
|                                    | <b>Физическое<br/>развитие</b>            |  | Упражнять детей<br>в ходьбе парами;<br>ходьбе и беге<br>врассыпную; в<br>прыжках;<br>развивать<br>ловкость при<br>метании на<br>дальность;<br>прыжки через<br>шнур справа и<br>слева от него;<br>прокатывание<br>мячей друг другу;<br>ползание под<br>дугу; Прыжки в<br>длинну с места.<br><b>Подвижные<br/>игры:</b> Найди себе<br>пару; Совушка;<br>Кролики;<br>Лошадки;<br>Автомобили;<br>Лиса и куры. |  |

**2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной адаптированной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников (во всех группах)**

| <b>Объект педагогической диагностики (мониторинга)</b>                                  | <b>Формы и методы педагогической диагностики</b> | <b>Периодичность проведения педагогической диагностики</b> | <b>Длительность проведения педагогической диагностики</b> | <b>Сроки проведения педагогической диагностики</b> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| <b>Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"</b> | -Наблюдение                                      | 2 раза в год                                               | 1-2 недели в каждой группе                                | Сентябрь<br>Май                                    |

**2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников**

| <b>месяц</b>       | <b>Темы</b>                                                           | <b>Формы работы</b>                                 | <b>Дополнительная информация</b>                    |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| <b>IX-2016 г.</b>  | Физ. развитие ребенка в д/ саду                                       | Индивидуальные беседы с родителями                  | Информация в группах                                |
| <b>X-2016 г.</b>   | Посещение род. собраний по группам                                    | Выступление на тему «Ребенок и физическая культура» | Выступление на тему «Ребенок и физическая культура» |
| <b>XI-2016 г.</b>  | «Занимаются ли дома спортом»                                          | Анкетирование                                       | Информация в род. уголках по группам                |
| <b>XII-2016 г.</b> | «Физ. воспитание – залог правильного эмоционального развития ребенка» | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.               |
| <b>I-2017 г.</b>   | Фото выставка «зимние виды спорта»                                    | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.               |
| <b>II-2017 г.</b>  | «В здоровом теле, здоровый дух».                                      | Открытые занятия для родителей                      | Информация в род. уголках по группам.               |

|             |                                                             |                                     |                                                                 |
|-------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| III-2017 г. | «Папа, мама, я- спортивная семья»                           | Вечера досугов с участием родителей | Информация в род. уголках по группам                            |
| IV-2017 г.  | Спортивный инвентарь.                                       | Вечера досугов с участием родителей | Помощь родителей в изготовлении спорт. инвентаря своими руками. |
| V-2017 г.   | «Чему научился ваш ребенок?»                                | Беседы с родителями                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VI-2017 г.  | Физическое и эмоциональное развитие ребенка во время отдыха | Индивидуальные беседы с родителями. | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VII-2017    | «Что мы знаем о закаливании»                                | Анкетирование                       | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VIII-2017   | Безопасный отдых                                            | Беседы с родителями                 | Информация в род. уголках по группам.                           |

### **3. Организационный раздел рабочей программы.**

#### **3.1. Структура реализации образовательной деятельности**

| <b>Совместная деятельность педагога с детьми</b>                                                                                                                        | <b>Самостоятельная деятельность детей</b>                                                                                                            | <b>Виды деятельности, технологии</b>                                                                                                                                                                  | <b>Индивидуальный маршрут развития ребенка</b>                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Занятия по физическому развитию 3 раза в неделю в каждой возрастной группе. Спортивные развлечения- « Кто быстрее?», « Зимние радости», « Мы растем сильными и смелыми» | Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах: во время прогулки; подвижные игры; физ.минутки. | Разнообразные формы двигательной рекреации:<br>-физ.- оздоровительные мероприятия в режиме дня;<br>-игры на воздухе;<br>-физ. праздники;<br>-дни здоровья;<br>-беседы о здоровье в игровых ситуациях; | Индивидуальная работа с детьми группы направлена на развитие физических способностей детей по итогам мониторинга. Занятия проводятся индивидуально и по подгруппам. Состав подгрупп может меняться в |

|  |  |                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--|--|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | -викторины и конкурсы на оздоровительную тематику. | течение года в зависимости от индивидуальных успехов каждого ребенка. Частота проведения индивидуальных занятий определяется возрастом и индивидуальными психофизическим и особенностями детей, продолжительность индивидуальных занятий 5 - 10 минут. |
|--|--|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### **3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)**

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26)

| <b>Группы</b> | <b>Продолжительность одного занятия по физическому развитию</b> | <b>Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u></b> |
|---------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| Средняя       | 20 мин.                                                         | 3                                                                                 |

### **3.3. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)**

| <b>Образовательная область, направление образовательной деятельности</b> | <b>Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)</b> |                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Физическое развитие</b>                                               | Н.А. Фомина                                                                          | «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика». Методические рекомендации по физическому |

|  |                               |                                                                                                   |
|--|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |                               | развитию дошкольников. М., «Издательство «БАЛАСС».                                                |
|  | Н.В.Полтавцева<br>Н.А.Гордова | Физическая культура в дошкольном детстве. М. "Просвещение"                                        |
|  | Глазырина Л. Д.               | «Занимательная физкультура для детей 4-7 лет». Планирование, конспекты занятий. М. "Просвещение". |
|  | Зимонина В.Н.                 | Программно-методическое пособие «Расту здоровым». М. Мозаика-Синтез.                              |
|  | Л.И.Пензулаева                | Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет. М. "Просвещение".                                         |
|  | М.А.Рунова                    | Движение день за днем. М., ООО "Линка-пресс".                                                     |
|  | Галицына Н. С.                | Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. М. "Просвещение".    |
|  | Н.М. Соломенникова            | «Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет». Волгоград, «Учитель» 2011 г.               |

«Согласовано»

на заседании Педагогического совета

протокол от 14.06.2016 № 6

«Утверждаю»

приказ от 14.06.16 № 56-00



**Рабочая программа**  
инструктора по физической культуре Орешкиной М.И.  
на 2016-2017 учебный год

**Группа:** 1.1. компенсирующей направленности для детей старшего дошкольного возраста ( 5-6 лет) с тяжелыми нарушениями речи ( общее недоразвитие речи) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения Детский сад № 58 Центрального района Санкт-Петербурга

Санкт-Петербург,  
2016 год

# **1.Целевой раздел рабочей программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

|                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Цель                                                                                                   | - реализация содержания основной адаптированной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общее недоразвитие речи) в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования по физическому развитию воспитанников                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Задачи                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"><li>-Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;</li><li>- Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями развития способностей;</li><li>-Формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;</li><li>-Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.</li></ul> |
| Принципы и подходы к формированию рабочей программы                                                    | <ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей;</li><li>- организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей;</li><li>- обеспечение личностно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам) | Дети с ТНР старшего возраста — это дети с поражением центральной нервной системы, что обуславливает частое сочетание у них стойкого речевого расстройства с различными особенностями психической деятельности.<br>Учитывая положение о тесной связи развития мышления, речи и физического развития ребенка, можно сказать, что интеллектуальное развитие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

|                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                           | ребенка в известной мере зависит от состояния его речи. Системный речевой дефект часто приводит к возникновению вторичных отклонений в умственном развитии, к своеобразному формированию психики.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)                                    | -Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);<br>- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);<br>- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26).<br>- Основная адаптированная программа дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общее недоразвитие речи)                                                                                                                                                             |
| Срок реализации рабочей программы                                                                                         | 2016-2017 учебный год<br>(Сентябрь 2016 - август 2017 года)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <u>Целевые ориентиры</u> освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников) | Ребенок: <ul style="list-style-type: none"> <li>– проходит по скамейке, перешагивая незначительные препятствия (например, набивные мячи);</li> <li>– отбивает мяч о землю одной рукой несколько раз подряд;</li> <li>– продевает шнурок в ботинок и завязывает бантиком;</li> <li>– бегает, преодолевая препятствия: обегая кегли, пролезает в обруч и др.;</li> <li>– подбрасывает и ловит мяч двумя руками с хлопком (несколько раз);</li> <li>– выполняет двигательные цепочки из трех-пяти элементов;</li> <li>– самостоятельно перестраивается в звенья с опорой на ориентиры;</li> <li>– выполняет общеразвивающие упражнения, ходьбу, бег в заданном темпе;</li> <li>– выполняет движения с речевым и</li> </ul> |

|  |                                                                            |
|--|----------------------------------------------------------------------------|
|  | музыкальным сопровождением (по образцу, данному взрослым, самостоятельно); |
|--|----------------------------------------------------------------------------|

## **2. Содержательный раздел рабочей программы**

### **2.1. Содержание образовательной работы с детьми**

| <b>Месяц (или квартал)</b> | <b>Образовательные области</b>     | <b>Темы\направления деятельности</b>               | <b>Основные задачи работы с детьми</b>                                                                                            | <b>Формы работы (занятия, проекты, праздники, концерты др.)</b> |
|----------------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <b>IX-2016г</b>            | Социально-коммуникативное развитие |                                                    |                                                                                                                                   |                                                                 |
|                            | Речевое развитие                   |                                                    |                                                                                                                                   |                                                                 |
|                            | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Д И А Г Н О С Т И К А</b>                       |                                                                                                                                   |                                                                 |
| <b>X-2016г.</b>            | Социально-коммуникативное развитие |                                                    | Учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр                                                                   |                                                                 |
|                            | Речевое развитие                   |                                                    | Подвижная игра «мышеловка»<br>Считалка «Апельсин»                                                                                 |                                                                 |
|                            | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Кладовая леса: ягоды, грибы, орехи, желуди.</b> | Упражнять детей в беге продолж. до 1 мин.; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча. | Занятие.                                                        |

|           |                                    |                                                                                       |                                                                                                                             |                                      |
|-----------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
|           |                                    | <b>Семья. Мой дом. Предметы домашнего обихода: посуда. Русские народные промыслы.</b> | Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнять в прыжках; ведение мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола). | Игровая беседа с элементами движений |
|           |                                    | <b>Семья. Мой дом. Мебель.</b>                                                        | Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; развивать координацию при перебрасывании мяча. |                                      |
|           |                                    | <b>Золотая осень. Красная книга растений.</b>                                         | Разучить игровые упражнения с мячом; прыжки со скамейки на полусогнутые ноги.                                               |                                      |
| XI-2016г. | Социально-коммуникативное развитие |                                                                                       | Рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. Обсуждать пользу закаливания.               |                                      |
|           | Речевое развитие                   |                                                                                       | Подвижная игра «Мы веселые ребята»<br>Дых. упр-е «Ветер»                                                                    |                                      |

|                   |                                    |                                                                                          |                                                                                                                                                                                        |                       |
|-------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
|                   | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Предметы ближайшего окружения: одежда, обувь, головные уборы.</b>                     | Метание мяча в горизонтальную цель; подлезание в дугу прямо и боком.                                                                                                                   | Ситуативный разговор. |
|                   |                                    | <b>Мой дом, мой город. Стройка.</b>                                                      | Перебрасывание мячей в шеренгах; ходьба по гимнастической скамейке; прыжки на правой и левой ноге.                                                                                     |                       |
|                   |                                    | <b>Домашние животные и птицы. Труд фермера.</b>                                          | Повторить бег; игровые упражнения с мячом в равновесии и прыжках.                                                                                                                      |                       |
|                   |                                    | <b>Дикие животные и птицы средней полосы. Профессия лесника. Красная книга животных.</b> | Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге; ведение мяча, продвигаясь вперед шагом.                                                                                           |                       |
| <b>XII-2016г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                                                          | Рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание.<br>Обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений технику их выполнения.: |                       |
|                   | Речевое развитие                   |                                                                                          | Подвижная игра «Мороз красный                                                                                                                                                          |                       |

|                   |                                    |                                                           |                                                                                                                                            |                                            |
|-------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
|                   |                                    |                                                           | нос».                                                                                                                                      |                                            |
|                   | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Дикие животные: класс земноводные, пресмыкающихся.</b> | Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением равновесия. | Интегративная деятельность.<br><br>Занятие |
|                   |                                    | <b>Животные севера и жарких стран.</b>                    | Прыжки на двух ногах, между набивными мячами; переброска мячей друг другу в парах.                                                         |                                            |
|                   |                                    | <b>Средства связи. Почта.</b>                             | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; броски мяча вверх и ловля его двумя мячами.            |                                            |
|                   |                                    | <b>Новый год! Народная игрушка.</b>                       | Закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; ползание по гимнастической скамейке на животе.                                 |                                            |
| <b>I -2017 г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                           | Формировать навык ролевого поведения при                                                                                                   |                                            |

|                  |                            |                                                      |                                                                                                                                        |  |
|------------------|----------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                  |                            |                                                      | проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками                                                                            |  |
|                  | Речевое развитие           |                                                      | Подвижная игра «Затейники»<br>Разучивание потешек.                                                                                     |  |
|                  | <b>Физическое развитие</b> | <b>Каникулы! Зима, Рождество в Санкт-Петербурге.</b> | Продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; в забрасывании мяча в кольцо.                       |  |
|                  |                            | <b>Зимние забавы и зимние виды спорта.</b>           | Ходьба по наклонной доске, балансируя руками; прыжки на двух ногах между набивными мячами; перебрасывание мячей друг другу в шеренгах. |  |
|                  |                            | <b>Зима в лесу.</b>                                  | Упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой; прыжки в длину с места.                                              |  |
|                  |                            | <b>Животные водоемов. Кто в реке и озере живет.</b>  | Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода; ходьба с перешагиванием через набивные мячи.                                      |  |
| <b>II-2017г.</b> | Социально-коммуникативное  |                                                      | Развивать умение различать и                                                                                                           |  |

|  |                            |                                                               |                                                                                                                             |  |
|--|----------------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | развитие                   |                                                               | называть органы чувств.                                                                                                     |  |
|  | Речевое развитие           |                                                               | Подвижная игра «Гуси лебеди»<br>Упр-я с речитативом                                                                         |  |
|  | <b>Физическое развитие</b> | <b>Растения как живые существа. Комнатные растения.</b>       | Разучить ходьбу по канату с мешочком на голове;<br>упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер. |  |
|  |                            | <b>Транспорт. Труд на транспорте.</b>                         | Разучить прыжок в высоту с разбега, упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.                       |  |
|  |                            | <b>День защитника отечества. Наша Армия. Военная техника.</b> | Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.                                               |  |
|  |                            | <b>Зимующие птицы.</b>                                        | Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, пряжки из обруча в обруч на двух ногах.                                |  |
|  | III-2017г.                 | Социально-коммуникативное развитие                            | Формировать доброжелательное отношение друг к другу, действовать в команде                                                  |  |

|                   |                                    |                                                                   |                                                                                                                                |  |
|-------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                   | Речевое развитие                   |                                                                   | Подвижная игра «Горелки»                                                                                                       |  |
|                   | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Перелетные птицы.</b>                                          | Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки через бруски; бросание мячей в кольцо с расстояния 2 м. двумя руками из-за головы.   |  |
|                   |                                    | <b>Наши бабушки и мамы.</b>                                       | Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; отбивание мяча о пол одной рукой.      |  |
|                   |                                    | <b>Предметы, облегчающие труд в быту. Электробытовые приборы.</b> | Разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазании под палку и перешагивании через нее.                                 |  |
|                   |                                    | <b>Домашние питомцы.</b>                                          | Упражнять детей в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; в сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре. |  |
| <b>IV-2017 г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                                   | Формировать представления о том, что утренняя зарядка, игры, физ.упражнения вызывают хорошее                                   |  |

|                  |                                    |                                                          |                                                                                                                              |  |
|------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                  |                                    |                                                          | настроение.                                                                                                                  |  |
|                  | Речевое развитие                   |                                                          | Подвижная игра «мышеловка»<br>Считалка<br>«Апельсин»                                                                         |  |
|                  | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Мои любимые книги.</b>                                | Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки через бруски; бросание мячей в кольцо с расстояния 2 м. двумя руками из-за головы. |  |
|                  |                                    | <b>12 апреля – День Космонавтики. Покорение космоса.</b> | Прыжки в длину с разбега; забрасывание мяча в кольцо; лазанье под дугу.                                                      |  |
|                  |                                    | <b>Предметы вокруг нас.</b>                              | Упражнять детей в ходьбе и беге, повторить эстафету с большим мячом.                                                         |  |
|                  |                                    | <b>Земля наш общий дом.</b>                              | Прыжки через короткую скакалку; прокатывание обручей друг другу; пролезание в обруч прямо и боком.                           |  |
|                  |                                    |                                                          |                                                                                                                              |  |
| <b>V-2017 г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                          | Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым.                                                                   |  |
|                  | Речевое развитие                   |                                                          | Комплекс ОРУ с элементами дыхательной гимнастики «Эти забавные животные».                                                    |  |

|                            |                                           |                                                                         |                                                                                                                              |  |
|----------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                            | <b>Физическое развитие</b>                | <b>Цветущая весна.</b>                                                  | Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки через бруски; бросание мячей в кольцо с расстояния 2 м. двумя руками из-за головы. |  |
|                            |                                           | <b>Моя страна. День Победы. Великая отечественная война и ее герои.</b> | Прыжки в длину с разбега; забрасывание мяча в кольцо; лазанье под дугу.                                                      |  |
|                            |                                           | <b>Насекомые.</b>                                                       | Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода; ходьба с перешагиванием через набивные мячи.                            |  |
|                            |                                           | <b>Моя страна. Блистательный Санкт-Петербург!</b>                       | Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровых упражнениях с мячом.                                    |  |
| <b>VI-VII-VIII 2017 г.</b> | <b>Социально-коммуникативное развитие</b> |                                                                         | Дать представление о ценности здоровья.                                                                                      |  |
|                            | <b>Речевое развитие</b>                   |                                                                         | Подвижные игры с речитативом, «Дети по лесу гуляли»                                                                          |  |
|                            | <b>Физическое развитие</b>                |                                                                         | Упражнять детей в беге, развивая выносливость; в беге между предметами; на скорость; в метании мешочков в цель;              |  |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                         |  |
|--|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | <p>прыжках через короткую скакалку; упражнять в подлезании под шнур; упражнять в равновесии и прыжках.</p> <p><b>Подвижные игры:</b> Мы веселые ребята, Караси и щука, Не оставайся на земле, Карусель, Совушка, Ловишки-перебежки, Бездомный заяц.</p> |  |
|--|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной адаптированной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников (во всех группах)**

| Объект педагогической диагностики (мониторинга)                                         | Формы и методы педагогической диагностики | Периодичность проведения педагогической диагностики | Длительность проведения педагогической диагностики | Сроки проведения педагогической диагностики |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| <b>Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"</b> | -Наблюдение                               | 2 раза в год                                        | 1-2 недели в каждой группе                         | Сентябрь<br>Май                             |

**2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников**

| месяц      | Темы          | Формы работы   | Дополнительная информация |
|------------|---------------|----------------|---------------------------|
| IX-2016 г. | Физ. развитие | Индивидуальные | Информация в              |

|             |                                                                       |                                                     |                                                                 |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
|             | ребенка в д/ саду                                                     | беседы с родителями                                 | с группам                                                       |
| X-2016 г.   | Посещение род. собраний по группам                                    | Выступление на тему «Ребенок и физическая культура» | Выступление на тему «Ребенок и физическая культура»             |
| XI-2016 г.  | «Физ. воспитание – залог правильного эмоционального развития ребенка» | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| XII-2016 г. | «Занимаются ли дома спортом»                                          | Анкетирование                                       | Информация в род. уголках по группам                            |
| I-2017 г.   | Фото выставка «зимние виды спорта»                                    | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| II-2017 г.  | «В здоровом теле, здоровый дух».                                      | Открытые занятия для родителей                      | Информация в род. уголках по группам.                           |
| III-2017 г. | Спортивный инвентарь.                                                 | Вечера досугов с участием родителей                 | Помощь родителей в изготовлении спорт. инвентаря своими руками. |
| IV-2017 г.  | «Папа, мама, я- спортивная семья»                                     | Вечера досугов с участием родителей                 | Информация в род. уголках по группам                            |
| V-2017 г.   | «Чему научился ваш ребенок?»                                          | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VI-2017 г.  | Физическое и эмоциональное развитие ребенка во время отдыха           | Индивидуальные беседы с родителями.                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VII-2017    | «Что мы знаем о закаливании»                                          | Анкетирование                                       | Информация в род. уголках по группам                            |
| VIII-2017   | Безопасный отдых                                                      | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам                            |

### **3. Организационный раздел рабочей программы.**

#### **3.1. Структура реализации образовательной деятельности**

|                                                  |                                           |                                      |                                                |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------------------|
| <b>Совместная деятельность педагога с детьми</b> | <b>Самостоятельная деятельность детей</b> | <b>Виды деятельности, технологии</b> | <b>Индивидуальный маршрут развития ребенка</b> |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Занятия по физическому развитию 3 раза в неделю в каждой возрастной группе. Спортивные развлечения- « Кто быстрее?», « Зимние радости», « Мы растем сильными и смелыми» | Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах: во время прогулки; подвижные игры; физ.минутки. | Разнообразные формы двигательной рекреации: -физ.- оздоровительные мероприятия в режиме дня; -игры на воздухе; -физ. праздники; -дни здоровья; -беседы о здоровье в игровых ситуациях; -викторины и конкурсы на оздоровительную тематику. | Индивидуальная работа с детьми группы направлена на развитие физических способностей детей по итогам мониторинга. Занятия проводятся индивидуально и по подгруппам. Состав подгрупп может меняться в течение года в зависимости от индивидуальных успехов каждого ребенка. Частота проведения индивидуальных занятий определяется возрастом и индивидуальными психофизическим и особенностями детей, продолжительность индивидуальных занятий 5 - 10 минут. |
|                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

### 3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26)

| Группы | Продолжительность одного занятия по физическому развитию | Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u> |
|--------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
|--------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|

|         |         |   |
|---------|---------|---|
| Старшая | 30 мин. | 3 |
|---------|---------|---|

### 3.3. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

| Образовательная область, направление образовательной деятельности | Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.) |                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Физическое развитие                                               | Н.А. Фомина                                                                   | «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика». Методические рекомендации по физическому развитию дошкольников. М., «Издательство «БАЛАСС». |
|                                                                   | Н.В.Полтавцева<br>Н.А.Гордова                                                 | Физическая культура в дошкольном детстве. М. "Просвещение"                                                                            |
|                                                                   | Глазырина Л. Д.                                                               | «Занимательная физкультура для детей 4-7 лет». Планирование, конспекты занятий. М. "Просвещение".                                     |
|                                                                   | Зимонина В.Н.                                                                 | Программно-методическое пособие «Расту здоровым». М. Мозаика-Синтез.                                                                  |
|                                                                   | Л.И.Пензулаева                                                                | Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет. М. "Просвещение".                                                                             |
|                                                                   | М.А.Рунова                                                                    | Движение день за днем. М., ООО "Линка-пресс".                                                                                         |
|                                                                   | Галицына Н. С.                                                                | Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. М. "Просвещение".                                        |
|                                                                   | Н.М. Соломенникова                                                            | «Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет». Волгоград, «Учитель» 2011 г.                                                   |

«Согласовано»

на заседании Методического совета  
протокол от 14.06.2016 № 6

«Утверждаю»



## **Рабочая программа**

инструктора по физической культуре Орешкиной М.И.  
на 2016-2017 учебный год

**Группа :** 2.1. компенсирующей направленности для детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет) с тяжелыми нарушениями речи (общее недоразвитие речи) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения Детский сад № 58 комбинированного вида Центрального района Санкт-Петербурга

Санкт-Петербург,  
2016 год

# **1.Целевой раздел рабочей программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

|                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Цель                                                                                                   | - реализация содержания основной адаптированной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общее недоразвитие речи) в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования по физическому развитию воспитанников                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Задачи                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"><li>-Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;</li><li>- Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями развития способностей;</li><li>-Формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;</li><li>-Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.</li></ul> |
| Принципы и подходы к формированию рабочей программы                                                    | <ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей;</li><li>- организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей;</li><li>- обеспечение личностно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам) | Дети с ТНР старшего возраста — это дети с поражением центральной нервной системы, что обуславливает частое сочетание у них стойкого речевого расстройства с различными особенностями психической деятельности.<br>Учитывая положение о тесной связи развития мышления, речи и физического развития ребенка, можно сказать, что интеллектуальное развитие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

|                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                    | ребенка в известной мере зависит от состояния его речи. Системный речевой дефект часто приводит к возникновению вторичных отклонений в умственном развитии, к своеобразному формированию психики.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)                             | <p>-Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);</p> <p>- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);</p> <p>- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26).</p> <p>- Основная адаптированная программа дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общее недоразвитие речи)</p>                                                                                                                                                                                |
| Срок реализации рабочей программы                                                                                  | 2016-2017 учебный год<br>(Сентябрь 2016 - август 2017 года)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников) | <p>Ребенок:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проходит по скамейке, перешагивая незначительные препятствия (например, набивные мячи);</li> <li>- отбивает мяч о землю одной рукой несколько раз подряд;</li> <li>- продевает шнурок в ботинок и завязывает бантиком;</li> <li>- бегает, преодолевая препятствия: обегая кегли, пролезает в обруч и др.;</li> <li>- подбрасывает и ловит мяч двумя руками с хлопком (несколько раз);</li> <li>- выполняет двигательные цепочки из трех-пяти элементов;</li> <li>- самостоятельно перестраивается в звенья с опорой на ориентиры;</li> <li>- выполняет общеразвивающие упражнения, ходьбу, бег в заданном темпе;</li> <li>- выполняет движения с речевым и музыкальным сопровождением (по</li> </ul> |

|  |                                             |
|--|---------------------------------------------|
|  | образцу, данному взрослым, самостоятельно); |
|--|---------------------------------------------|

## **2. Содержательный раздел рабочей программы**

### **2.1. Содержание образовательной работы с детьми**

| <b>Месяц (или квартал)</b> | <b>Образовательные области</b>     | <b>Темы\направления деятельности</b>               | <b>Основные задачи работы с детьми</b>                                                                                                                      | <b>Формы работы (занятия, проекты, праздники, концерты и др.)</b> |
|----------------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| <b>IX-2016г</b>            | Социально-коммуникативное развитие |                                                    |                                                                                                                                                             |                                                                   |
|                            | Речевое развитие                   |                                                    |                                                                                                                                                             |                                                                   |
|                            | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Д И А Г Н О С Т И К А</b>                       |                                                                                                                                                             |                                                                   |
| <b>X-2016г.</b>            | Социально-коммуникативное развитие |                                                    | Учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр                                                                                             |                                                                   |
|                            | Речевое развитие                   |                                                    | Подвижная игра «перелет птиц»<br>Считалка «Апельсин»                                                                                                        |                                                                   |
|                            | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Кладовая леса: ягоды, грибы, орехи, желуди.</b> | Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом. | Занятие.<br><br>Игровая беседа с элементами движений              |

|           |                                           |                                                                                               |                                                                                                                                                         |  |
|-----------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|           |                                           | Семья. Мой дом.<br>Предметы<br>домашнего<br>обихода: посуда.<br>Русские народные<br>промыслы. | Повторить ходьбу<br>с высоким<br>подниманием<br>колен; упражнять<br>в прыжках;<br>ведение мяча<br>правой и левой<br>рукой (элементы<br>баскетбола).     |  |
|           |                                           | Семья. Мой дом.<br>Мебель.                                                                    | Повторить<br>поворот по<br>сигналу<br>воспитателя во<br>время ходьбы в<br>колонне по<br>одному; развивать<br>координацию при<br>перебрасывании<br>мяча. |  |
|           |                                           | Золотая осень.<br>Красная книга<br>растений.                                                  | Закрепить<br>игровые<br>упражнения с<br>мячом; прыжки со<br>скамейки на<br>полусогнутые<br>ноги.                                                        |  |
| XI-2016г. | Социально-<br>коммуникативное<br>развитие |                                                                                               | Рассказывать о<br>пользе<br>закаливания,<br>приучать детей к<br>обтиранию<br>прохладной<br>водой.<br>Обсуждать<br>пользу за-<br>каливания.              |  |
|           | Речевое развитие                          |                                                                                               | Подвижная игра<br>«Мы веселые<br>ребята»<br>Дых. упр-е<br>«Ветер»                                                                                       |  |

|            |                                    |                                                                                          |                                                                                                                                                             |                       |
|------------|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
|            | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Предметы ближайшего окружения: одежда, обувь, головные уборы.</b>                     | Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; Упражнять в ходьбе по канату (шнуру); повторить эстафету с мячом.                                                  | Ситуативный разговор. |
|            |                                    | <b>Мой дом, мой город. Стройка.</b>                                                      | Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу.                                      |                       |
|            |                                    | <b>Домашние животные и птицы. Труд фермера.</b>                                          | Повторить бег; игровые упражнения с мячом в равновесии и прыжках.                                                                                           |                       |
|            |                                    | <b>Дикие животные и птицы средней полосы. Профессия лесника. Красная книга животных.</b> | Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге; ведение мяча, продвигаясь вперед шагом.                                                                |                       |
| XII-2016г. | Социально-коммуникативное развитие |                                                                                          | Рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание. Обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений |                       |

|  |                            |                                                             |                                                                                                                                            |                                             |
|--|----------------------------|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
|  |                            |                                                             | технику их выполнения.:                                                                                                                    |                                             |
|  | Речевое развитие           |                                                             | Подвижная игра «Мороз красный нос».                                                                                                        |                                             |
|  | <b>Физическое развитие</b> | <b>Животные Австралии.</b>                                  | Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением равновесия. | Интегративная деятельность.<br><br>Занятие. |
|  |                            | <b>Животные севера и жарких стран.</b>                      | Прыжки на двух ногах, между набивными мячами; переброска мячей друг другу в парах.                                                         |                                             |
|  |                            | <b>Средства связи. Почта, телеграф, телефон, компьютер.</b> | Упражнять в ходьбе с различными положениями рук; в беге враспынную броски мяча вверх и ловля его двумя мячами.                             |                                             |

|                   |                                    |                                                      |                                                                                                                                        |  |
|-------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                   |                                    | <b>Новый год!</b><br><b>Народная игрушка.</b>        | Закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; ползание по гимнастической скамейке на животе.                             |  |
| <b>I -2017 г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                      | Формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками                                   |  |
|                   | Речевое развитие                   |                                                      | Подвижная игра «Затейники»<br>Разучивание потешек.                                                                                     |  |
|                   | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Каникулы! Зима, Рождество в Санкт-Петербурге.</b> | Продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; в забрасывании мяча в кольцо.                       |  |
|                   |                                    | <b>Зимние забавы и зимние виды спорта.</b>           | Ходьба по наклонной доске, балансируя руками; прыжки на двух ногах между набивными мячами; перебрасывание мячей друг другу в шеренгах. |  |

|                  |                                    |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                          |  |
|------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                  |                                    | <b>Зима в лесу.</b>                                         | Упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой; прыжки в длину с места.                                                                                                                                                |  |
|                  |                                    | <b>Животные водоемов.<br/>Животные морей и океанов.</b>     | Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода; ходьба с перешагиванием через набивные мячи.                                                                                                                                        |  |
| <b>II-2017г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                             | Развивать умение различать и называть органы чувств.                                                                                                                                                                                     |  |
|                  | Речевое развитие                   |                                                             | Подвижная игра «Гуси лебеди»<br>Упр-я с речитативом                                                                                                                                                                                      |  |
|                  | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Растения как живые существа.<br/>Комнатные растения.</b> | Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания; закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер. |  |

|                   |                                    |                                                               |                                                                                                                              |  |
|-------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                   |                                    | <b>Транспорт. Труд на транспорте.</b>                         | Повторить прыжок в высоту с разбега, упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.                       |  |
|                   |                                    | <b>День защитника отечества. Наша Армия. Военная техника.</b> | Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.                                                |  |
|                   |                                    | <b>Зимующие птицы.</b>                                        | Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, пряжки из обруча в обруч на двух ногах.                                 |  |
| <b>III-2017г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                               | Формировать доброжелательное отношение друг к другу, действовать в команде                                                   |  |
|                   | Речевое развитие                   |                                                               | Подвижная игра «Горелки»                                                                                                     |  |
|                   | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Перелетные птицы.</b>                                      | Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки через бруски; бросание мячей в кольцо с расстояния 2 м. двумя руками из-за головы. |  |

|                   |                                    |                                                                   |                                                                                                                                |  |
|-------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                   |                                    | <b>Наши бабушки и мамы.</b>                                       | Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; отбивание мяча о пол одной рукой.      |  |
|                   |                                    | <b>Предметы, облегчающие труд в быту. Электробытовые приборы.</b> | Упражнять детей в метании в вертикальную цель; упражнять в лазании под палку и перешагивании через нее.                        |  |
|                   |                                    | <b>Домашние питомцы.</b>                                          | Упражнять детей в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; в сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре. |  |
| <b>IV-2017 г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                                   | Формировать представления о том, что утренняя зарядка, игры, физ.упражнения вызывают хорошее настроение.                       |  |
|                   | Речевое развитие                   |                                                                   | Подвижная игра «мышеловка»<br>Считалка<br>«Апельсин»                                                                           |  |

|                  |                                    |                                                          |                                                                                                                              |  |
|------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                  | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Мои любимые книги.</b>                                | Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки через бруски; бросание мячей в кольцо с расстояния 2 м. двумя руками из-за головы. |  |
|                  |                                    | <b>12 апреля – День Космонавтики. Покорение космоса.</b> | Прыжки в длину с разбега; забрасывание мяча в кольцо; лазанье под дугу.                                                      |  |
|                  |                                    | <b>Предметы вокруг нас.</b>                              | Упражнять детей в ходьбе и беге, повторить эстафету с большим мячом.                                                         |  |
|                  |                                    | <b>Земля наш общий дом.</b>                              | Прыжки через короткую скакалку; прокатывание обручей друг другу; пролезание в обруч прямо и боком.                           |  |
| <b>V-2017 г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                          | Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым.                                                                   |  |
|                  | Речевое развитие                   |                                                          | Комплекс ОРУ с элементами дыхательной гимнастики «Эти забавные животные».                                                    |  |

|                            |                                           |                                                                         |                                                                                                                              |  |
|----------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                            | <b>Физическое развитие</b>                | <b>Цветущая весна.</b>                                                  | Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки через бруски; бросание мячей в кольцо с расстояния 2 м. двумя руками из-за головы. |  |
|                            |                                           | <b>Моя страна. День Победы. Великая отечественная война и ее герои.</b> | Прыжки в длину с разбега; забрасывание мяча в кольцо; лазанье под дугу.                                                      |  |
|                            |                                           | <b>Насекомые.</b>                                                       | Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода; ходьба с перешагиванием через набивные мячи.                            |  |
|                            |                                           | <b>Моя страна. Блистательный Санкт-Петербург!</b>                       | Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровых упражнениях с мячом.                                    |  |
| <b>VI-VII-VIII 2017 г.</b> | <b>Социально-коммуникативное развитие</b> |                                                                         | Дать представление о ценности здоровья.                                                                                      |  |
|                            | <b>Речевое развитие</b>                   |                                                                         | Подвижная игра с речитативом «Дети по лесу гуляли»                                                                           |  |
|                            | <b>Физическое развитие</b>                |                                                                         | Упражнять детей в беге, развивая выносливость; в беге между предметами; на скорость; в метании мешочков в цель;              |  |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                         |  |
|--|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | <p>прыжках через короткую скакалку; упражнять в подлезании под шнур; упражнять в равновесии и прыжках.</p> <p><b>Подвижные игры:</b> Мы веселые ребята, Караси и щука, Не оставайся на земле, Карусель, Совушка, Ловишки-перебежки, Бездомный заяц.</p> |  |
|--|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной адаптированной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников (во всех группах)**

| Объект педагогической диагностики (мониторинга)                                         | Формы и методы педагогической диагностики | Периодичность проведения педагогической диагностики | Длительность проведения педагогической диагностики | Сроки проведения педагогической диагностики |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| <b>Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"</b> | -Наблюдение                               | 2 раза в год                                        | 1-2 недели в каждой группе                         | Сентябрь<br>Май                             |

**2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников**

| месяц      | Темы          | Формы работы   | Дополнительная информация |
|------------|---------------|----------------|---------------------------|
| IX-2016 г. | Физ. развитие | Индивидуальные | Информация в              |

|             |                                                                       |                                                     |                                                                 |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
|             | ребенка в д/ саду                                                     | беседы с родителями                                 | с группами                                                      |
| X-2016 г.   | Посещение род. собраний по группам                                    | Выступление на тему «Ребенок и физическая культура» | Выступление на тему «Ребенок и физическая культура»             |
| XI-2016 г.  | «Физ. воспитание – залог правильного эмоционального развития ребенка» | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| XII-2016 г. | «Занимаются ли дома спортом»                                          | Анкетирование                                       | Информация в род. уголках по группам                            |
| I-2017 г.   | Фото выставка «зимние виды спорта»                                    | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| II-2017 г.  | «В здоровом теле, здоровый дух».                                      | Открытые занятия для родителей                      | Информация в род. уголках по группам.                           |
| III-2017 г. | Спортивный инвентарь.                                                 | Вечера досугов с участием родителей                 | Помощь родителей в изготовлении спорт. инвентаря своими руками. |
| IV-2017 г.  | «Папа, мама, я- спортивная семья»                                     | Вечера досугов с участием родителей                 | Информация в род. уголках по группам                            |
| V-2017 г.   | «Чему научился ваш ребенок?»                                          | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VI-2017 г.  | Физическое и эмоциональное развитие ребенка во время отдыха           | Индивидуальные беседы с родителями.                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VII-2017    | «Что мы знаем о закаливании»                                          | Анкетирование                                       | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VIII-2017   | Безопасный отдых                                                      | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |

### **3. Организационный раздел рабочей программы.**

#### **3.1. Структура реализации образовательной деятельности**

| <b>Совместная деятельность педагога с детьми</b>                                                                                                                        | <b>Самостоятельная деятельность детей</b>                                                                                                            | <b>Виды деятельности, технологии</b>                                                                                                                                                                                                                        | <b>Индивидуальный маршрут развития ребенка</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Занятия по физическому развитию 3 раза в неделю в каждой возрастной группе. Спортивные развлечения- « Кто быстрее?», « Зимние радости», « Мы растем сильными и смелыми» | Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах: во время прогулки; подвижные игры; физ.минутки. | Разнообразные формы двигательной рекреации:<br>-физ.- оздоровительные мероприятия в режиме дня;<br>-игры на воздухе;<br>-физ. праздники;<br>-дни здоровья;<br>-беседы о здоровье в игровых ситуациях;<br>-викторины и конкурсы на оздоровительную тематику. | Индивидуальная работа с детьми группы направлена на развитие физических способностей детей по итогам мониторинга. Занятия проводятся индивидуально и по подгруппам. Состав подгрупп может меняться в течение года в зависимости от индивидуальных успехов каждого ребенка. Частота проведения индивидуальных занятий определяется возрастом и индивидуальными психофизическим и особенностями детей, продолжительность индивидуальных занятий 5 - 10 минут. |

### **3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)**

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26)

| Группы           | Продолжительность одного занятия по физическому развитию | Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u> |
|------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Подготовительная | 30 мин.                                                  | 3                                                                          |

### 3.3. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

|                                                                   |                                                                               |                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Образовательная область, направление образовательной деятельности | Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.) |                                                                                                                                       |
| Физическое развитие                                               | Н.А. Фомина                                                                   | «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика». Методические рекомендации по физическому развитию дошкольников. М., «Издательство «БАЛАСС». |
|                                                                   | Н.В.Полтавцева<br>Н.А.Гордова                                                 | Физическая культура в дошкольном детстве. М. "Просвещение"                                                                            |
|                                                                   | Глазырина Л. Д.                                                               | «Занимательная физкультура для детей 4-7 лет». Планирование, конспекты занятий. М. "Просвещение".                                     |
|                                                                   | Зимонина В.Н.                                                                 | Программно-методическое пособие «Расту здоровым». М. Мозаика-Синтез.                                                                  |
|                                                                   | Л.И.Пензулаева                                                                | Физкультурные занятия с детьми 6-7 лет. М. "Просвещение".                                                                             |
|                                                                   | М.А.Рунова                                                                    | Движение день за днем. М., ООО "Линка-пресс".                                                                                         |
|                                                                   | Галицына Н. С.                                                                | Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. М. "Просвещение".                                        |
|                                                                   | Н.М. Соломенникова                                                            | «Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет». Волгоград, «Учитель» 2011 г.                                                   |

**«Согласовано»**

на заседании Педагогического совета  
протокол от 14.06.2016 № 6

**«Утверждаю»**



### **Рабочая программа**

инструктора по физической культуре Орешкиной М.И.  
на 2016-2017 учебный год

**Группа : 3.1.** компенсирующей направленности для детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет) с тяжелыми нарушениями речи (общее недоразвитие речи) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения Детский сад № 58 комбинированного вида Центрального района Санкт-Петербурга

**Санкт-Петербург,  
2016 год**

**«Согласовано»**

на заседании \_\_\_\_\_

протокол от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

**«Утверждаю»**

приказ от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### **Рабочая программа**

инструктора по физической культуре Орешкиной М.И.  
на 2016-2017 учебный год

**Группа :** 3.1. компенсирующей направленности для детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет) с тяжелыми нарушениями речи (общее недоразвитие речи) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения Детский сад № 58 комбинированного вида Центрального района Санкт-Петербурга

**Санкт-Петербург,  
2016 год**

# **1.Целевой раздел рабочей программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

|                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Цель                                                                                                   | - реализация содержания основной адаптированной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общее недоразвитие речи) в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования по физическому развитию воспитанников                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Задачи                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"><li>-Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;</li><li>- Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями развития способностей;</li><li>-Формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;</li><li>-Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.</li></ul> |
| Принципы и подходы к формированию рабочей программы                                                    | <ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей;</li><li>- организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей;</li><li>- обеспечение личностно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам) | Дети с ТНР старшего возраста — это дети с поражением центральной нервной системы, что обуславливает частое сочетание у них стойкого речевого расстройства с различными особенностями психической деятельности.<br>Учитывая положение о тесной связи развития мышления, речи и физического развития ребенка, можно сказать, что интеллектуальное развитие ребенка в известной мере зависит от состояния его речи. Системный речевой дефект часто приводит к возникновению вторичных отклонений в                                                                                                                                                                              |

|                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                    | умственном развитии, к своеобразному формированию психики.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)                             | <p>-Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);</p> <p>- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);</p> <p>- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26).</p> <p>- Основная адаптированная программа дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общее недоразвитие речи)</p>                                                                                                                                                                                                                            |
| Срок реализации рабочей программы                                                                                  | 2016-2017 учебный год<br>(Сентябрь 2016 - август 2017 года)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников) | <p>Ребенок:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проходит по скамейке, перешагивая незначительные препятствия (например, набивные мячи);</li> <li>- отбивает мяч о землю одной рукой несколько раз подряд;</li> <li>- продевает шнурок в ботинок и завязывает бантиком;</li> <li>- бегают, преодолевая препятствия: обегая кегли, пролезает в обруч и др.;</li> <li>- подбрасывает и ловит мяч двумя руками с хлопком (несколько раз);</li> <li>- выполняет двигательные цепочки из трех-пяти элементов;</li> <li>- самостоятельно перестраивается в звенья с опорой на ориентиры;</li> <li>- выполняет общеразвивающие упражнения, ходьбу, бег в заданном темпе;</li> <li>- выполняет движения с речевым и музыкальным сопровождением (по образцу, данному взрослым, самостоятельно);</li> </ul> |

## 2. Содержательный раздел рабочей программы

### 2.1. Содержание образовательной работы с детьми

| Месяц<br>(или<br>квартал) | Образовательные<br>области         | Темы\направления<br>деятельности                   | Основные<br>задачи работы с<br>детьми                                                                                                                       | Формы работы<br>(занятия,<br>проекты,<br>праздники,<br>концерты др.) |
|---------------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| IX-2016г                  | Социально-коммуникативное развитие |                                                    |                                                                                                                                                             |                                                                      |
|                           | Речевое развитие                   |                                                    |                                                                                                                                                             |                                                                      |
|                           | Физическое развитие                | <b>Д И А Г Н О С Т И К А</b>                       |                                                                                                                                                             |                                                                      |
| X-2016г.                  | Социально-коммуникативное развитие |                                                    | Учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр                                                                                             |                                                                      |
|                           | Речевое развитие                   |                                                    | Подвижная игра «перелет птиц»<br>Считалка «Апельсин»                                                                                                        |                                                                      |
|                           | Физическое развитие                | <b>Кладовая леса: ягоды, грибы, орехи, желуди.</b> | Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом. | Занятие.<br><br>Игровая беседа с элементами движений                 |

|                  |                                    |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                         |  |
|------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                  |                                    | <b>Семья. Мой дом.</b><br><b>Предметы</b><br><b>домашнего</b><br><b>обихода: посуда.</b><br><b>Русские народные</b><br><b>промыслы.</b> | Повторить ходьбу<br>с высоким<br>подниманием<br>колен; упражнять<br>в прыжках;<br>ведение мяча<br>правой и левой<br>рукой (элементы<br>баскетбола).     |  |
|                  |                                    | <b>Семья. Мой дом.</b><br><b>Мебель.</b>                                                                                                | Повторить<br>поворот по<br>сигналу<br>воспитателя во<br>время ходьбы в<br>колонне по<br>одному; развивать<br>координацию при<br>перебрасывании<br>мяча. |  |
|                  |                                    | <b>Золотая осень.</b><br><b>Красная книга</b><br><b>растений.</b>                                                                       | Закрепить<br>игровые<br>упражнения с<br>мячом; прыжки со<br>скамейки на<br>полусогнутые<br>ноги.                                                        |  |
| <b>XI-2016г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                                                                                                         | Рассказывать о<br>пользе<br>закаливания,<br>приучать детей к<br>обтиранию<br>прохладной<br>водой.<br>Обсуждать<br>пользу за-<br>каливания.              |  |
|                  | Речевое развитие                   |                                                                                                                                         | Подвижная игра<br>«Мы веселые<br>ребята»<br>Дых. упр-е<br>«Ветер»                                                                                       |  |

|                   |                                           |                                                                                          |                                                                                                                                                             |                       |
|-------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
|                   | <b>Физическое развитие</b>                | <b>Предметы ближайшего окружения: одежда, обувь, головные уборы.</b>                     | Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; Упражнять в ходьбе по канату (шнуру); повторить эстафету с мячом.                                                  | Ситуативный разговор. |
|                   |                                           | <b>Мой дом, мой город. Стройка.</b>                                                      | Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу.                                      |                       |
|                   |                                           | <b>Домашние животные и птицы. Труд фермера.</b>                                          | Повторить бег; игровые упражнения с мячом в равновесии и прыжках.                                                                                           |                       |
|                   |                                           | <b>Дикие животные и птицы средней полосы. Профессия лесника. Красная книга животных.</b> | Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге; ведение мяча, продвигаясь вперед шагом.                                                                |                       |
| <b>ХII-2016г.</b> | <b>Социально-коммуникативное развитие</b> |                                                                                          | Рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание. Обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений |                       |

|  |                            |                                                             |                                                                                                                                            |                                             |
|--|----------------------------|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
|  |                            |                                                             | технику их выполнения.:                                                                                                                    |                                             |
|  | Речевое развитие           |                                                             | Подвижная игра «Мороз красный нос».                                                                                                        |                                             |
|  | <b>Физическое развитие</b> | <b>Животные Австралии.</b>                                  | Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением равновесия. | Интегративная деятельность.<br><br>Занятие. |
|  |                            | <b>Животные севера и жарких стран.</b>                      | Прыжки на двух ногах, между набивными мячами; переброска мячей друг другу в парах.                                                         |                                             |
|  |                            | <b>Средства связи. Почта, телеграф, телефон, компьютер.</b> | Упражнять в ходьбе с различными положениями рук; в беге враспынную броски мяча вверх и ловля его двумя мячами.                             |                                             |

|                   |                                    |                                                      |                                                                                                                                        |  |
|-------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                   |                                    | <b>Новый год!</b><br><b>Народная игрушка.</b>        | Закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; ползание по гимнастической скамейке на животе.                             |  |
| <b>I -2017 г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                      | Формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками                                   |  |
|                   | Речевое развитие                   |                                                      | Подвижная игра «Затейники»<br>Разучивание потешек.                                                                                     |  |
|                   | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Каникулы! Зима, Рождество в Санкт-Петербурге.</b> | Продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; в забрасывании мяча в кольцо.                       |  |
|                   |                                    | <b>Зимние забавы и зимние виды спорта.</b>           | Ходьба по наклонной доске, балансируя руками; прыжки на двух ногах между набивными мячами; перебрасывание мячей друг другу в шеренгах. |  |

|                  |                                    |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                          |  |
|------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                  |                                    | <b>Зима в лесу.</b>                                         | Упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой; прыжки в длину с места.                                                                                                                                                |  |
|                  |                                    | <b>Животные водоемов.<br/>Животные морей и океанов.</b>     | Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода; ходьба с перешагиванием через набивные мячи.                                                                                                                                        |  |
| <b>II-2017г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                             | Развивать умение различать и называть органы чувств.                                                                                                                                                                                     |  |
|                  | Речевое развитие                   |                                                             | Подвижная игра «Гуси лебеди»<br>Упр-я с речитативом                                                                                                                                                                                      |  |
|                  | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Растения как живые существа.<br/>Комнатные растения.</b> | Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания; закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер. |  |

|                   |                                    |                                                               |                                                                                                                              |  |
|-------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                   |                                    | <b>Транспорт. Труд на транспорте.</b>                         | Повторить прыжок в высоту с разбега, упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.                       |  |
|                   |                                    | <b>День защитника отечества. Наша Армия. Военная техника.</b> | Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.                                                |  |
|                   |                                    | <b>Зимующие птицы.</b>                                        | Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, пряжки из обруча в обруч на двух ногах.                                 |  |
| <b>III-2017г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                               | Формировать доброжелательное отношение друг к другу, действовать в команде                                                   |  |
|                   | Речевое развитие                   |                                                               | Подвижная игра «Горелки»                                                                                                     |  |
|                   | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Перелетные птицы.</b>                                      | Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки через бруски; бросание мячей в кольцо с расстояния 2 м. двумя руками из-за головы. |  |

|                   |                                    |                                                                   |                                                                                                                                |  |
|-------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                   |                                    | <b>Наши бабушки и мамы.</b>                                       | Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; отбивание мяча о пол одной рукой.      |  |
|                   |                                    | <b>Предметы, облегчающие труд в быту. Электробытовые приборы.</b> | Упражнять детей в метании в вертикальную цель; упражнять в лазании под палку и перешагивании через нее.                        |  |
|                   |                                    | <b>Домашние питомцы.</b>                                          | Упражнять детей в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; в сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре. |  |
| <b>IV-2017 г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                                   | Формировать представления о том, что утренняя зарядка, игры, физ.упражнения вызывают хорошее настроение.                       |  |
|                   | Речевое развитие                   |                                                                   | Подвижная игра «мышеловка»<br>Считалка<br>«Апельсин»                                                                           |  |

|                  |                                    |                                                          |                                                                                                                              |  |
|------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                  | <b>Физическое развитие</b>         | <b>Мои любимые книги.</b>                                | Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки через бруски; бросание мячей в кольцо с расстояния 2 м. двумя руками из-за головы. |  |
|                  |                                    | <b>12 апреля – День Космонавтики. Покорение космоса.</b> | Прыжки в длину с разбега; забрасывание мяча в кольцо; лазанье под дугу.                                                      |  |
|                  |                                    | <b>Предметы вокруг нас.</b>                              | Упражнять детей в ходьбе и беге, повторить эстафету с большим мячом.                                                         |  |
|                  |                                    | <b>Земля наш общий дом.</b>                              | Прыжки через короткую скакалку; прокатывание обручей друг другу; пролезание в обруч прямо и боком.                           |  |
| <b>V-2017 г.</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                          | Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым.                                                                   |  |
|                  | Речевое развитие                   |                                                          | Комплекс ОРУ с элементами дыхательной гимнастики «Эти забавные животные».                                                    |  |

|                            |                                           |                                                                         |                                                                                                                              |  |
|----------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                            | <b>Физическое развитие</b>                | <b>Цветущая весна.</b>                                                  | Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки через бруски; бросание мячей в кольцо с расстояния 2 м. двумя руками из-за головы. |  |
|                            |                                           | <b>Моя страна. День Победы. Великая отечественная война и ее герои.</b> | Прыжки в длину с разбега; забрасывание мяча в кольцо; лазанье под дугу.                                                      |  |
|                            |                                           | <b>Насекомые.</b>                                                       | Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода; ходьба с перешагиванием через набивные мячи.                            |  |
|                            |                                           | <b>Моя страна. Блистательный Санкт-Петербург!</b>                       | Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровых упражнениях с мячом.                                    |  |
| <b>VI-VII-VIII 2017 г.</b> | <b>Социально-коммуникативное развитие</b> |                                                                         | Дать представление о ценности здоровья.                                                                                      |  |
|                            | <b>Речевое развитие</b>                   |                                                                         | Подвижная игра с речитативом «Дети по лесу гуляли»                                                                           |  |
|                            | <b>Физическое развитие</b>                |                                                                         | Упражнять детей в беге, развивая выносливость; в беге между предметами; на скорость; в метании мешочков в цель;              |  |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                         |  |
|--|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | <p>прыжках через короткую скакалку; упражнять в подлезании под шнур; упражнять в равновесии и прыжках.</p> <p><b>Подвижные игры:</b> Мы веселые ребята, Караси и щука, Не оставайся на земле, Карусель, Совушка, Ловишки-перебежки, Бездомный заяц.</p> |  |
|--|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной адаптированной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников (во всех группах)**

| Объект педагогической диагностики (мониторинга)                                         | Формы и методы педагогической диагностики | Периодичность проведения педагогической диагностики | Длительность проведения педагогической диагностики | Сроки проведения педагогической диагностики |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| <b>Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"</b> | -Наблюдение                               | 2 раза в год                                        | 1-2 недели в каждой группе                         | Сентябрь<br>Май                             |

### 2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

| месяц       | Темы                                                                  | Формы работы                                        | Дополнительная информация                                       |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| IX-2016 г.  | Физ. развитие ребенка в д/ саду                                       | Индивидуальные беседы с родителями                  | Информация в группах                                            |
| X-2016 г.   | Посещение род. собраний по группам                                    | Выступление на тему «Ребенок и физическая культура» | Выступление на тему «Ребенок и физическая культура»             |
| XI-2016 г.  | «Физ. воспитание – залог правильного эмоционального развития ребенка» | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| XII-2016 г. | «Занимаются ли дома спортом»                                          | Анкетирование                                       | Информация в род. уголках по группам                            |
| I-2017 г.   | Фото выставка «зимние виды спорта»                                    | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| II-2017 г.  | «В здоровом теле, здоровый дух».                                      | Открытые занятия для родителей                      | Информация в род. уголках по группам.                           |
| III-2017 г. | Спортивный инвентарь.                                                 | Вечера досугов с участием родителей                 | Помощь родителей в изготовлении спорт. инвентаря своими руками. |
| IV-2017 г.  | «Папа, мама, я- спортивная семья»                                     | Вечера досугов с участием родителей                 | Информация в род. уголках по группам                            |
| V-2017 г.   | «Чему научился ваш ребенок?»                                          | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VI-2017 г.  | Физическое и эмоциональное развитие ребенка во время отдыха           | Индивидуальные беседы с родителями.                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VII-2017    | «Что мы знаем о закаливании»                                          | Анкетирование                                       | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VIII-2017   | Безопасный отдых                                                      | Беседы с                                            | Информация в род.                                               |

|  |  |            |                     |
|--|--|------------|---------------------|
|  |  | родителями | уголках по группам. |
|--|--|------------|---------------------|

### **3. Организационный раздел рабочей программы.**

#### **3.1. Структура реализации образовательной деятельности**

| <b>Совместная деятельность педагога с детьми</b>                                                                                                                                      | <b>Самостоятельная деятельность детей</b>                                                                                                                   | <b>Виды деятельности, технологии</b>                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Индивидуальный маршрут развития ребенка</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><u>Занятия</u> по физическому развитию 3 раза в неделю в каждой возрастной группе. Спортивные развлечения- « Кто быстрее?», « Зимние радости», « Мы растем сильными и смелыми»</p> | <p>Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах: во время прогулки; подвижные игры; физ.минутки.</p> | <p>Разнообразные формы двигательной рекреации:<br/> -физ.- оздоровительные мероприятия в режиме дня;<br/> -игры на воздухе;<br/> -физ. праздники;<br/> -дни здоровья;<br/> -беседы о здоровье в игровых ситуациях;<br/> -викторины и конкурсы на оздоровительную тематику.</p> | <p>Индивидуальная работа с детьми группы направлена на развитие физических способностей детей по итогам мониторинга. Занятия проводятся индивидуально и по подгруппам. Состав подгрупп может меняться в течение года в зависимости от индивидуальных успехов каждого ребенка. Частота проведения индивидуальных занятий определяется возрастом и индивидуальными психофизическим и особенностями детей, продолжительность индивидуальных занятий 5 - 10 минут.</p> |
|                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

### 3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26)

| Группы           | Продолжительность одного занятия по физическому развитию | Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u> |
|------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Подготовительная | 30 мин.                                                  | 3                                                                          |

### 3.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

| Образовательная область, направление образовательной деятельности | Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.) |                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Физическое развитие                                               | Н.А. Фомина                                                                   | «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика». Методические рекомендации по физическому развитию дошкольников. М., «Издательство «БАЛАСС». |
|                                                                   | Н.В.Полтавцева<br>Н.А.Гордова                                                 | Физическая культура в дошкольном детстве. М. "Просвещение"                                                                            |
|                                                                   | Глазырина Л. Д.                                                               | «Занимательная физкультура для детей 4-7 лет». Планирование, конспекты занятий. М. "Просвещение".                                     |
|                                                                   | Зимонина В.Н.                                                                 | Программно-методическое пособие «Расту здоровым». М. Мозаика-Синтез.                                                                  |
|                                                                   | Л.И.Пензулаева                                                                | Физкультурные занятия с детьми 6-7 лет. М. "Просвещение".                                                                             |
|                                                                   | М.А.Рунова                                                                    | Движение день за днем. М., ООО "Линка-пресс".                                                                                         |
|                                                                   | Галицына Н. С.                                                                | Нетрадиционные занятия                                                                                                                |

|  |                    |                                                                                     |
|--|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  |                    | физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. М. "Просвещение".             |
|  | Н.М. Соломенникова | «Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет». Волгоград, «Учитель» 2011 г. |

«Согласовано»

на заседании Педагогического совета  
протокол от 14.06.2016 № 6

«Утверждаю»

приказ от 14.06.16 № 58-09



## Рабочая программа

инструктора по физической культуре Орешкиной Марии Ивановны  
на 2016-2017 год

**Группа:** 4.1. компенсирующей направленности для детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет) с задержкой психического развития  
Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения Детский сад № 58 Центрального района Санкт-Петербурга

Санкт-Петербург,  
2016 год

# **1.Целевой раздел рабочей программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

|                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Цель                                                                                                   | - реализация содержания основной адаптированной программы дошкольного образования для детей с задержкой психического развития в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования по физическому развитию воспитанников.                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Задачи                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"><li>- создать благоприятные условия для разностороннего развития детей с ЗПР, в соответствии с их индивидуальными способностями и склонностями.</li><li>- помочь специалистам в коррекции негативных тенденций развития воспитанников.</li><li>- способствовать развитию личности, мотивации и способностей детей в различных видах физической деятельности.</li><li>- формирование системных знаний, навыков и умений совместной деятельности.</li></ul>         |
| Принципы и подходы к формированию рабочей программы                                                    | <ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей;</li><li>- организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей;</li><li>- обеспечение личностно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников.</li></ul>                                                                                                                         |
| Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам) | <p><b><i>Отклонения в психофизическом развитии и общая соматическая ослабленность.</i></b></p> <p>У детей нарушены различные компоненты психической и физической деятельности. Задержка психофизического развития относится к «пограничной» форме дизонтегенеза, для которой характерен замедленный темп созревания психических структур.</p> <p>Группа отличается гетерохронностью проявлений отклонений в развитии, различной степенью их выраженности, а также разным прогнозом последствий.</p> |
| Основания разработки                                                                                   | -Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| рабочей программы<br>(документы и<br>программно-<br>методические<br>материалы)                                                          | № 273-ФЗ);<br>- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);<br>- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26).<br>- Основная адаптированная программа дошкольного образования для детей для детей с задержкой психического развития |
| Срок реализации<br>рабочей программы                                                                                                    | 2016-2017 учебный год<br>(Сентябрь 2016 - август 2017 года)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Целевые ориентиры<br>освоения<br>воспитанниками<br>группы<br>образовательной<br>программы (по<br>физическому развитию<br>воспитанников) | Ребенок:<br>-Выполняет основные виды движений и упражнения по словесной инструкции взрослых;<br>-Выполняет согласованные движения, а также разноименные и разнонаправленные движения;<br>-Выполняет разные виды бега;<br>-Сохраняет заданный темп (быстрый, средний, медленный) во время ходьбы;<br>-Осуществляет элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений;<br>-Знает и подчиняется правилам подвижных игр, эстафет, игр с элементами спорта;    |

## **2. Содержательный раздел рабочей программы**

### **2.1. Содержание образовательной работы с детьми**

| <b>Месяц<br/>(или<br/>квартал)</b> | <b>Образовательные области</b>     | <b>Темы/направления<br/>деятельности</b> | <b>Основные задачи работы<br/>с детьми</b>                       | <b>Формы<br/>работы<br/>(занятия,<br/>проекты,<br/>праздники,<br/>концерты и<br/>др.)</b> |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                    | Социально-коммуникативное развитие |                                          | Учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр. |                                                                                           |

|               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                 |
|---------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Первый период |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                 |
|               | Речевое развитие    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Подвижная игра «перелет птиц»<br>Считалка «Апельсин»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                 |
|               | Физическое развитие | <b>СЕНТЯБРЬ</b><br><br>“Начало осени.”<br><br>“Цветы осенью”<br><br>“Деревья и кустарники осенью”<br><br>“Грибы”<br><br><b>ОКТАБРЬ</b><br><br>“Наш детский сад”<br><br>“Овощи-фрукты”<br><br>“Игрушки”<br><br>“Ягоды”<br>“Середина осени”<br><br><b>НОЯБРЬ:</b><br><br>“Посуда”<br><br>“Мебель”<br><br>“Поздняя осень”<br><br>“Домашние | <i>1. Построения и перестроения</i><br>- закрепление навыков самостоятельно или с незначительной организующей помощью взрослого осуществлять построения в колонну по одному и парами, в круг;<br>- самостоятельное равнение при построении;<br>- формирование умения детей осуществлять повороты на 90° и 180° (влево и вправо), стоя в колонне, в кругу, в шеренге, повороты в углах зала (площадки) во время движения, ориентируясь на пространство помещения (площадки);<br><i>2. Ходьба и упражнения в равновесии</i><br>- совершенствование навыков ходьбы (гимнастический, приставной шаг, в полуприседе и приседе);<br>- ходьба в разных построениях (в колонне по одному, парами, по кругу) с различными движениями руками;<br>- ходьба с перешагиванием через предметы, по наклонной доске, с предметами в руках, на голове, без предметов;<br>- ходьба с утяжелителями на голове, в руках (в руке). | сюжетно<br>-<br>игровые,<br><br><br>тематические,<br><br><br>классические,<br><br><br>тренирующие,<br><br><br>на<br>тренажерах, |

|  |  |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |
|--|--|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
|  |  | птицы” | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба скрестным шагом, «змейкой» со сменой темпа;</li> <li>- ориентирование на изменение темпа движения (быстро, медленно) по словесной инструкции, по звучанию музыкальных произведений;</li> <li>- закрепление умения передвигаться по дорожкам, выполненным из материалов разной фактуры (сенсорным дорожкам, коврикам, толстым веревкам), по опорам, приподнятым над полом;</li> <li>- одновременное окончание ходьбы.</li> </ul> <p><i>3. Бег</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствование бега в колонне по одному и парами, «змейкой» между предметами, между линиями, между ориентирами и т. п.</li> <li>- бег с преодолением препятствий (барьеры, мягкие модули — цилиндры, кубы и др.), не задевая них, сохраняя скорость;</li> <li>- чередование бега с ходьбой, прыжками, подлезанием;</li> <li>- сочетание бега с движениями с мячом;</li> </ul> <p><i>4. Прыжки</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- со смещением ног вправо — влево;</li> <li>- с продвижением вперед на 5—6м;</li> <li>- перепрыгивание через</li> </ul> | на<br>улице, |
|--|--|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |
|--|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | <p>линии, веревки.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование умения детей прыгать через препятствия;</li> <li>- совершенствование навыков прыжков на мячах-хопах.</li> </ul> <p><i>5. Бросание, ловля, метание</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствование умения детей бросать мяч вверх и ловить его двумя руками (до десяти раз подряд);</li> <li>- бросать мяч на пол и ловить его после отскока от пола;</li> <li>- перебрасывание мяча друг другу снизу, через сетку.</li> <li>- метание мячей разного объема из различных исходных позиций, например, стоя на коленях, сидя.</li> <li>- игры и игровые упражнения с шариками в сухом бассейне в четырех исходных позициях: стоя, сидя, лежа на спине, лежа на животе;</li> </ul> <p><i>6. Ползание и лазанье</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствование различных навыков ползания, сформированных на первом этапе и втором этапе.</li> <li>- учим детей лазанию по гимнастической стенке с переходом с пролета на пролет по диагонали (со страховкой взрослым).</li> </ul> <p><i>7. Элементы спортивных игр и спортивных</i></p> |  |
|--|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|                      |                                    |                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|----------------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                      |                                    |                                                                                                                    | <p><i>упражнений</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача мяча друг другу: двумя руками от груди, одной рукой от плеча;</li> <li>- перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди в движении;</li> <li>- ловля мяча, летящего на разной высоте (от уровня груди, над головой, сбоку, внизу у пола и т. п.) и с различных сторон;</li> <li>- бросание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча.</li> <li>- уточнение представлений о цвете, величине мячей.</li> <li>- определение веса мячей на основе барического чувства со зрительным контролем и без него;</li> <li>- отработка техники броска: броски мяча снизу вверх, прокатывание мячей разного веса и размера по полу.</li> </ul> |  |
| <b>Второй период</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                                                                                    | Формировать доброжелательное отношение друг к другу, действовать в команде                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
|                      | Речевое развитие                   |                                                                                                                    | Подвижная игра «Затейники»<br>Разучивание потешек.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |
|                      | Физическое развитие                | <p><b>ДЕКАБРЬ:</b></p> <p><b>Домашние животные.</b></p> <p><b>Дикие животные.</b></p> <p><b>Зимние забавы.</b></p> | <p><i>1. Построения и перестроения</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обучение детей равнению при построении;</li> <li>- обучение перестроению из одной колонны в несколько (на ходу) или из одного круга в несколько кругов (с незначительной организующей помощью взрослого);</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  | <p><b>Новый Год.</b></p> <p><b>ЯНВАРЬ:</b></p> <p><b>Каникулы</b></p> <p><b>Наземный транспорт</b></p> <p><b>Одежда</b></p> <p><b>Головные уборы</b></p> <p><b>Зимующие птицы</b></p> <p><b>ФЕВРАЛЬ:</b></p> <p><b>Зима.</b></p> <p><b>Обувь.</b></p> <p><b>Февраль-последний месяц зимы.</b></p> <p><b>День защитника Отечества.</b></p> <p><b>Зима.</b></p> <p><b>Величина предметов.</b></p> | <p>- закрепление умения выполнять повороты, стоя в колонне, в кругу, в шеренге на 90° и 180° (влево и вправо).</p> <p><i>2. Ходьба и упражнения в равновесии</i></p> <p>- совершенствование навыков ходьбы (в колонне по одному, парами, по кругу с различными движениями руками, ходьба обычным, гимнастическим, приставным шагом, выпадами, в полуприседе и приседе, «змейкой» со сменой темпа);</p> <p>- ходьба приставным шагом в сторону на пятках, приставным шагом с приседанием, с перешагиванием через предметы, по наклонной доске, с предметами в руках, на голове, без предметов;</p> <p>- ходьба приставным шагом по шнуру, «Змейке» и т. п.;</p> <p>- ходьба с утяжелителями на голове, в руках (в руке);</p> <p>- ходьба на полной стопе, на носках по коврикам и дорожкам со специальным покрытием и ориентирами;</p> <p>- фиксирование внимания на одновременном окончании ходьбы под различные сигналы;</p> <p>- совершенствование движения детей под музыку в соответствии с заданным темпом и</p> |  |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | <p>ритмом, с прихлопыванием и проговариванием слов, коротких стишков и т. п.</p> <p><i>3. Бег</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование навыков бега;</li> <li>- бег с ускорением и замедлением (с изменением темпа);</li> <li>- введение в занятия челночного бега и бега на носках;</li> <li>- объяснение элементарных правил бега из разных стартовых позиций;</li> <li>- развитие способности сочетать бег с движениями с мячом, со скакалкой.</li> </ul> <p><i>4. Прыжки</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- продолжение работы предыдущих периодов;</li> <li>- знакомство с новыми движениями (выпрыгивание вверх из глубокого приседа, подпрыгивание на месте и с разбега, чтобы достать предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка)</li> <li>- прыжки в длину с места, с разбега, в высоту с разбега;</li> <li>- перепрыгивание на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением вперед;</li> </ul> <p><i>5. Бросание, ловля, метание</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствование приемов бросания, ловли и метания, усложняя и расширяя действия в зависимости от физических</li> </ul> |  |
|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | <p>способностей детей;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- бросок/ловля мяча одной рукой, перебрасывание мяча в воздухе;</li> <li>- выполнение упражнений с мячами с хлопками, поворотами и т.п.;</li> <li>- перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы, из положения сидя «по-турецки», через сетку;</li> <li>- игры и игровые упражнения с набивными мячами и с шариками в сухом бассейне;</li> </ul> <p><i>б. Ползание и лазанье</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствование навыков ползания (по гимнастической скамейке на четвереньках, подтягиваясь на руках и отталкиваясь ногами, по бревну);</li> <li>- развитие умения проползать и пролезать под опорами, приподнятыми над полом;</li> <li>- знакомство с особенностями лазанья по веревочной каркасной лестнице;</li> <li>- формирование устойчивого навыка лазанья по гимнастической стенке;</li> <li>- формирование устойчивого навыка влезать на вертикальную лестницу и спускаться с нее, меняя темп лазания, сохраняя координацию движений, используя перекрестную и одноименную координацию движений</li> </ul> |  |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|               |                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |
|---------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|               |                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                               | <p>рук и ног.</p> <p><i>7. Элементы спортивных игр и спортивных упражнений</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знакомство с приемами выбивания городков;</li> <li>- игра в футбол (по упрощенным правилам);</li> <li>- ведение мяча клюшкой, передача мяча клюшкой друг другу;</li> <li>- выбивание мячом другие мячи из зоны-цели;</li> <li>- упражнения на развитие координации.</li> </ul>                                                                                                                                                                                        |  |
| Третий период | Социально-коммуникативное развитие |                                                                                                                                                                                                                                                                               | Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
|               | Речевое развитие                   |                                                                                                                                                                                                                                                                               | Подвижная игра « Гуси лебеди»<br>Упр-я с речитативом.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|               | Физическое развитие                | <p><b>МАРТ:</b></p> <p><b>Март-первый месяц весны. Международный женский день.</b></p> <p><b>Весна.</b></p> <p><b>Возвращение перелетных птиц.</b></p> <p><b>Каникулы.</b></p> <p><b>АПРЕЛЬ:</b></p> <p><b>Насекомые.</b></p> <p><b>Мой дом.</b></p> <p><b>Мой город.</b></p> | <p><i>1. Построения и перестроения</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- закрепление навыков построений и перестроений;</li> <li>- развитие умения рассчитывать на «первый-второй», после чего перестраиваться из одной шеренги в две;</li> </ul> <p><i>2. Ходьба и упражнения в равновесии</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- закрепление навыков ходить в разных построениях по полу и по опорам, приподнятым над полом, в быстром и медленном темпе (ориентируясь на различные сигналы);</li> <li>- одновременного окончания ходьбы;</li> <li>- проведение</li> </ul> |  |

|  |  |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  | <p><b>Семья.</b></p> <p><b>МАЙ:</b></p> <p><b>День Победы.</b></p> <p><b>Как выращивают хлеб.</b></p> <p><b>Комнатные растения.</b></p> <p><b>Диагностика.</b></p> | <p>соревновательных упражнений с использованием разных видов ходьбы;</p> <p><i>3. Бег</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- закрепление и совершенствование навыков бега (с ускорением и замедлением, челночный бег и бег на носках, бег из разных стартовых позиций, бег в сочетании с движениями с мячом, со скакалкой, бег разными способами через препятствия);</li> <li>- бег наперегонки;</li> <li>- развитие навыка бега на месте;</li> </ul> <p><i>4. Прыжки</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- закрепление навыков выполнения различных прыжков;</li> <li>- прыгание боком с зажатыми между ногами мешочками с наполнителем, «блинчиками» с наполнителем и т. д.;</li> <li>- прыгание на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением вперед;</li> <li>- прыгание через короткую скакалку разными способами: на двух ногах, на одной ноге, с ноги на ногу;</li> <li>- прыгание через большой обруч, как через скакалку.</li> </ul> <p><i>5. Бросание, ловля, метание</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствование</li> </ul> |  |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|                         |                            |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
|-------------------------|----------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                         |                            |  | <p>умения бросать и ловить мяч двумя руками (не менее двадцати раз подряд), одной рукой (не менее десяти раз подряд), перебрасывать мяч в воздухе и т. п.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- усложнение игры и игровых упражнений на метание мячей, летающих тарелок (пластмассовых), мешочков с наполнителями и пр.;</li> </ul> <p><i>6. Ползание и лазанье</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствование навыков ползания и лазанья, сформированных в предыдущий период обучения;</li> <li>- лазание по гимнастической стенке;</li> </ul> <p><i>7. Элементы спортивных игр и спортивных упражнений</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- закрепление навыков бросания биты сбоку, от плеча, занимая правильное положение, выбивая городки.</li> <li>- Футбол (по упрощенным правилам);</li> <li>- Хоккей на траве (по упрощенным правилам);</li> </ul> |  |
| <b>Четвертый период</b> | <b>Физическое развитие</b> |  | <p><i>Бег:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в колонне по одному (добавляем бег парами), змейкой между предметами за взрослым, между линиями, между мягкими модулями;</li> <li>- на носках;</li> <li>- в медленном и среднем темпе;</li> <li>- по дорожке, приподнятой</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | <p>над полом.</p> <p><i>Прыжки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на двух ногах</li> </ul> <p><i>Катание, бросание, ловля округлых предметов:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прокатывание мяча, обруча из разных исходных позиций двумя руками друг другу.</li> <li>- Бросание и ловля мяча (два-три раза), бросание мяча друг другу, бросание мяча вверх.</li> <li>- Отбивание мяча от пола (два-три раза подряд); метание мяча малого размера в вертикальную (1,5—2 м) и горизонтальную цель (расстояние 2—2,5 м).</li> <li>- Игровые упражнения набивными мячами.</li> </ul> <p><i>Ходьба и упражнения в равновесии:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Обычная ходьба, ходьба на носках, ходьба с заданиями, ходьба по дорожкам, приподнятым над полом, ходьба по кругу.</li> </ul> |  |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной адаптированной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников (во всех группах)**

| Объект педагогической диагностики (мониторинга) | Формы и методы педагогической диагностики | Периодичность проведения педагогической диагностики | Длительность проведения педагогической диагностики | Сроки проведения педагогической диагностики |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| <b>Индивидуальные достижения</b>                | -Наблюдение                               | 2 раза в год                                        | 1-2 недели в                                       | Сентябрь                                    |

|                                                           |  |  |               |     |
|-----------------------------------------------------------|--|--|---------------|-----|
| детей в образовательной области:<br>"Физическое развитие" |  |  | каждой группе | Май |
|-----------------------------------------------------------|--|--|---------------|-----|

### 2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

| месяц       | Темы                                                                  | Формы работы                                        | Дополнительная информация                                       |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| IX-2016 г.  | Физ. развитие ребенка в д/ саду                                       | Индивидуальные беседы с родителями                  | Информация в группах                                            |
| X-2016 г.   | Посещение род. собраний по группам                                    | Выступление на тему «Ребенок и физическая культура» | Выступление на тему «Ребенок и физическая культура»             |
| XI-2016 г.  | «Физ. воспитание – залог правильного эмоционального развития ребенка» | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| XII-2015 г. | «Занимаются ли дома спортом»                                          | Анкетирование                                       | Информация в род. уголках по группам                            |
| I-2017 г.   | Фото выставка «зимние виды спорта»                                    | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| II-2017 г.  | «В здоровом теле, здоровый дух».                                      | Открытые занятия для родителей                      | Информация в род. уголках по группам.                           |
| III-2017 г. | Спортивный инвентарь.                                                 | Вечера досугов с участием родителей                 | Помощь родителей в изготовлении спорт. инвентаря своими руками. |
| IV-2017 г.  | «Папа, мама, я-спортивная семья»                                      | Вечера досугов с участием родителей                 | Информация в род. уголках по группам                            |
| V-2017 г.   | «Чему научился ваш ребенок?»                                          | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| VI-2017 г.  | Физическое и эмоциональное развитие ребенка во                        | Индивидуальные беседы с родителями.                 | Информация в род. уголках по группам.                           |

|           |                              |                     |                                       |
|-----------|------------------------------|---------------------|---------------------------------------|
|           | время отдыха                 |                     |                                       |
| VII-2017  | «Что мы знаем о закаливании» | Анкетирование       | Информация в род. уголках по группам. |
| VIII-2017 | «Безопасный отдых»           | Беседы с родителями | Информация в род. уголках по группам. |

### **3. Организационный раздел рабочей программы.**

#### **3.1. Структура реализации образовательной деятельности**

| <b>Совместная деятельность педагога с детьми</b>                                                                                                                          | <b>Самостоятельная деятельность детей</b>                                                                                                            | <b>Виды деятельности, технологии</b>                                                                                                                                                                                                                        | <b>Индивидуальный маршрут развития ребенка</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Занятия по физическому развитию 3 раза в неделю в каждой возрастной группе. Спортивные развлечения- « Кто быстрее?», « Зимние радости», « Мы растем сильными и здоровыми» | Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах: во время прогулки; подвижные игры; физ.минутки. | Разнообразные формы двигательной рекреации:<br>-физ.- оздоровительные мероприятия в режиме дня;<br>-игры на воздухе;<br>-физ. праздники;<br>-дни здоровья;<br>-беседы о здоровье в игровых ситуациях;<br>-викторины и конкурсы на оздоровительную тематику. | Индивидуальная работа с детьми группы направлена на развитие физических способностей детей по итогам мониторинга. Занятия проводятся индивидуально и по подгруппам. Состав подгрупп может меняться в течение года в зависимости от индивидуальных успехов каждого ребенка. Частота проведения индивидуальных занятий определяется возрастом и индивидуальными психофизическим и особенностями детей, |

|  |  |  |                                                        |
|--|--|--|--------------------------------------------------------|
|  |  |  | продолжительность индивидуальных занятий 5 - 10 минут. |
|  |  |  |                                                        |

### 3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26)

| Группы          | Продолжительность одного занятия по физическому развитию | Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u> |
|-----------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Старший возраст | 25 минут                                                 | 3                                                                          |

### 3.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

- Основы безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста. Н.Е. Авдеева, О.Л. Князева. - М., 2005
- Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам. - М., 2005.
- Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья. — М.: ТЦ Сфера, 2009.
- Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников. — М.: Генезис, 2004.
- Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2010.
- Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет/ автор-составитель Е.И. Подольская. - Учитель, 2011
- Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. - М.: ТЦ Сфера, 2009.
- Фопель К. Привет, ручки! Подвижные игры для детей 3-6 лет: Пер. с нем. - М.: Генезис, 2005.
- Змановский Ю.Ф. Здоровый дошкольник, М., 2000.
- Нищева Н.В. Подвижные и дидактические игры на прогулке. - СПб: ООО Издательство «Детство пресс», 2011
- Аверина И. Е. Физкультурные минутки в детском саду. Практическое пособие. - М.: Айрис-пресс, 2008.

- Сизова Н.О. Валеология. Конспекты комплексных занятий в детском саду (от 3 до 7 лет). –СПб, 2010.
- Голицина Н.С., Шумова И.М. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей. - М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2010
- М.Ю. Картушина. Праздники здоровья для детей 6-7 лет. Сценарии для ДОУ. - М.: ТЦ Сфера, 2010.

«Согласовано»

на заседании Педагогического совета  
протокол от 14.06.16 № 6

«Утверждаю»

приказ от 14.06.16 № 56-Д



**Рабочая программа**  
инструктора по физической культуре Орешкиной Марии Ивановны  
на 2016-2017 учебный год

**Группа:** 5.1.компенсирующей направленности для детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет) с задержкой психического развития  
Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения Детский сад № 58 Центрального района Санкт-Петербурга

Санкт-Петербург,  
2016 год

# **1.Целевой раздел рабочей программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

|                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Цель                                                                                                   | - реализация содержания основной адаптированной программы дошкольного образования для детей с задержкой психического развития в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования по физическому развитию воспитанников.                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Задачи                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"><li>- создать благоприятные условия для разностороннего развития детей с ЗПР, в соответствии с их индивидуальными способностями и склонностями.</li><li>- помочь специалистам в коррекции негативных тенденций развития воспитанников.</li><li>- способствовать развитию личности, мотивации и способностей детей в различных видах физической деятельности.</li><li>- формирование системных знаний, навыков и умений совместной деятельности.</li></ul>         |
| Принципы и подходы к формированию рабочей программы                                                    | <ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей;</li><li>- организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей;</li><li>- обеспечение личностно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников.</li></ul>                                                                                                                         |
| Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам) | <p><b><i>Отклонения в психофизическом развитии и общая соматическая ослабленность.</i></b></p> <p>У детей нарушены различные компоненты психической и физической деятельности. Задержка психофизического развития относится к «пограничной» форме дизонтегенеза, для которой характерен замедленный темп созревания психических структур.</p> <p>Группа отличается гетерохронностью проявлений отклонений в развитии, различной степенью их выраженности, а также разным прогнозом последствий.</p> |
| Основания разработки рабочей программы                                                                 | -Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| (документы программно-методические материалы)                                                                                | и<br>- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);<br>- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26).<br>- Основная адаптированная программа дошкольного образования для детей для детей с задержкой психического развития                                                                                                                                                                                                           |
| Срок реализации рабочей программы                                                                                            | 2016-2017 учебный год<br>(Сентябрь 2016 - август 2017 года)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <u>Целевые ориентиры</u><br>освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников) | Ребенок:<br>- Проходит по скамейке, перешагивая незначительные препятствия (например, набивные мячи);<br>- Отбивает мяч о землю одной рукой несколько раз подряд;<br>- Продевает шнурок в ботинок и завязывает бантиком;<br>- Бегают, преодолевая препятствия: обегая кегли, пролезает в обруч и др.;<br>- Подбрасывает и ловит мяч двумя руками с хлопком (несколько раз);<br>Выполняет двигательные цепочки из трех-пяти элементов;<br>- Самостоятельно перестраивается в звенья с опорой на ориентиры;<br>- Выполняет общеразвивающие упражнения, ходьбу, бег в заданном темпе;<br>- Выполняет движения с речевым и музыкальным сопровождением (по образцу, данному взрослым, самостоятельно); |

## 2. Содержательный раздел рабочей программы

### 2.1. Содержание образовательной работы с детьми

| Месяц<br>(или<br>квартал) | Образовательные области            | Темы\направления деятельности                                                                                                                                                                         | Основные задачи работы с детьми                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Формы работы (занятия, проекты, праздники, концерты и др.)                                 |
|---------------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| Первый период             | Социально-коммуникативное развитие |                                                                                                                                                                                                       | Учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                            |
|                           | Речевое развитие                   |                                                                                                                                                                                                       | Подвижная игра «мышеловка»<br>Считалка «Апельсин».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                            |
|                           | Физическое развитие                | <b>СЕНТЯБРЬ</b><br>“Начало осени.”<br>“Цветы осенью”<br>“Деревья и кустарники осенью”<br>“Грибы”<br><b>ОКТАБРЬ</b><br>“Наш детский сад”<br>“Овощи-фрукты”<br>“Игрушки”<br>“Ягоды”<br>“Середина осени” | 1. <i>Построения и перестроения:</i><br>- Построение в шеренгу по росту и перестраиваться в колонну.<br>2. <i>Ходьба и упражнения в равновесии:</i><br>- Обычная ходьба, ходьба на носках, ходьба с заданиями, ходьба по дорожкам, приподнятым над полом (по игровой дорожке, коврику «Топ-топ», коврику «Гофр» и др.), ходьба по кругу.<br>- Движения под музыку, движения с прихлопыванием и проговариванием слов, коротких стишков.<br>3. <i>Бег:</i><br>- Бег в колонне по одному, змейкой между предметами за взрослым, между линиями, между цилиндрами и пр.<br>- Бег на носках, в | сюжетно - игровые,<br><br>тематические,<br><br>классические,<br><br>тренирующие,<br><br>на |

|  |  |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                    |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
|  |  | <p><b>НОЯБРЬ:</b></p> <p><b>“Посуда”</b></p> <p><b>“Мебель”</b></p> <p><b>“Поздняя осень”</b></p> <p><b>“Домашние птицы”</b></p> | <p>медленном и среднем темпе, по дорожке, приподнятой над полом (со страховкой).</p> <p><i>4. Прыжки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, в длину с места, в высоту с места, на мячах и игрушках-прыгунах, на детском каркасном пружинном батуте и др.</li> </ul> <p><i>5. Катание, бросание, ловля округлых предметов:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прокатывать мяча, обруча из разных исходных позиций двумя руками друг другу.</li> <li>- Бросание и ловля мяча (два-три раза), бросание мяча друг другу, бросание мяча вверх.</li> <li>- Метание мяча малого размера в вертикальную (1,5—2 м) и горизонтальную цель (расстояние 2—2,5 м).</li> </ul> <p><i>6. Ползание и лазанье:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Обучение ползанья на четвереньках по прямой линии, в разных направлениях между предметами, с поворотом кругом.</li> <li>- Совершенствование навыков проползания на четвереньках и на животе под дугой, рейкой, воротиками и т. п. В играх в сухом бассейне закрепление умения детей ползать по шарикам.</li> <li>- Совершенствование навыка лазать по лестнице-</li> </ul> | <p>тренажер</p> <p>ах,</p> <p>на</p> <p>улице,</p> |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|

|                      |                                    |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
|----------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                      |                                    |                                                                                                                                                                   | <p>стремянке (со страховкой или минимальной поддержкой).</p> <p><i>7. Подготовка к спортивным играм:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Включение упражнений на координацию движений рук и ног в положении лежа (плаваем).</li> <li>- Закрепление в играх и упражнениях навыков бега, прыжков, ползания и лазания, бросания и ловли мяча, ориентировки в пространстве, сформированных в младшем дошкольном возрасте.</li> </ul>                                                          |  |
| <b>Второй период</b> | Социально-коммуникативное развитие |                                                                                                                                                                   | Рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
|                      | Речевое развитие                   |                                                                                                                                                                   | Подвижная игра «Мы веселые ребята»<br>Дых. упр-е «Ветер»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
|                      | <b>Физическое развитие</b>         | <p><b>ДЕКАБРЬ:</b></p> <p><b>Домашние животные.</b></p> <p><b>Дикие животные.</b></p> <p><b>Зимние забавы.</b></p> <p><b>Новый Год.</b></p> <p><b>ЯНВАРЬ:</b></p> | <p><i>1. Построения и перестроения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Построение в шеренгу по росту и перестраиваться в колонну.</li> <li>- Перестроение из колонны по одному в колонну по двое.</li> </ul> <p><i>2. Ходьба и упражнения в равновесии:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Обычная ходьба, ходьба на носках, ходьба с заданиями, ходьба на пятках, в полуприседе.</li> <li>- Перешагивание через предметы (высота 15—20 см), по наклонной доске</li> </ul> |  |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  | <p><b>Каникулы</b></p> <p><b>Наземный транспорт</b></p> <p><b>Одежда</b></p> <p><b>Головные уборы</b></p> <p><b>Зимующие птицы</b></p> <p><b>ФЕВРАЛЬ:</b></p> <p><b>Зима.</b></p> <p><b>Обувь.</b></p> <p><b>Февраль-последний месяц зимы.</b></p> <p><b>День защитника Отечества.</b></p> <p><b>Зима.</b></p> <p><b>Величина предметов.</b></p> | <p>(высота наклона 30 см, ширина доски 25 см), с предметами в руках, на голове, без предметов, спиной вперед (2—3 м), «змейкой», со сменой темпа, приставным шагом по шнуру, «Змейке», с утяжелителями в руках (в руке).</p> <p>- Ходьба по дорожкам, приподнятым над полом, по разным дорожкам, выложенным из веревки, ленточек, ковровина, мягких модулей и другого материала, с изменением темпа движения.</p> <p>- Ходьба по кругу (хороводные игры).</p> <p>- Движения под музыку, движения с прихлопыванием и проговариванием слов, коротких стишков.</p> <p><i>3. Бег:</i></p> <p>- в колонне по одному (добавляем бег парами), змейкой между предметами за взрослым, между линиями, между мягкими модулями;</p> <p>- на носках;</p> <p>- в медленном и среднем темпе;</p> <p>- по дорожке, приподнятой над полом.</p> <p><i>4. Прыжки:</i></p> <p>- на двух ногах (с поворотом кругом со сменой ног), ноги вместе — ноги врозь, с хлопками над головой, за спиной;</p> <p>- с продвижением вперед</p> |  |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
|--|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | <p>(3—4 м), вперед — назад, с поворотами; с высоты 25 см;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- через два-три предмета высотой 5—10 см;</li> <li>- в длину с места (50 см), в высоту (15—20 см) с места;</li> <li>- на каркасном пружинном батуте;</li> <li>- игры на мячах-хопах (фитбол).</li> </ul> <p><i>5. Катание, бросание, ловля округлых предметов:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прокатывание мяча, обруча из разных исходных позиций двумя руками друг другу.</li> <li>- Бросание и ловля мяча (два-три раза), бросание мяча друг другу, бросание мяча вверх.</li> <li>- Отбивание мяча от пола (два-три раза подряд); метание мяча малого размера в вертикальную (1,5—2 м) и горизонтальную цель (расстояние 2—2,5 м).</li> <li>- Игровые упражнения набивными мячами, с шариками в сухом бассейне, с другим полифункциональным оборудованием.</li> </ul> <p><i>6. Ползание и лазанье:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ползание на четвереньках по прямой линии, в разных направлениях между предметами, прокатывая мяч, с поворотом кругом.</li> <li>- Совершенствование усвоенных детьми навыков: проползание на четвереньках и на животе</li> </ul> |  |
|--|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|               |                                    |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |
|---------------|------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|               |                                    |  | <p>под дугой, рейкой, воротиками из мягких модулей и т. п.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ползание на четвереньках и на животе по дорожке с последующим перелезанием через невысокие препятствия (конструкции из мягких модулей и др.).</li> <li>- Упражнения на следочках от рук и цыпочек (движение на четвереньках) на коврике со следочками и подобных ему.</li> <li>- Стимулирование желания детей самостоятельно играть в сухом бассейне («купание», ползание по шарикам и т. п.).</li> <li>- Лазанье по лестнице-стремянке и по гимнастической лестнице.</li> </ul> <p><i>7. Подготовка к спортивным играм:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Упражнения на координацию движений рук и ног в положении лежа (плаваем).</li> <li>- Закрепление в играх и упражнениях навыков бега, прыжков, ползания и лазания, бросания и ловли мяча, ориентировки в пространстве, сформированные на первом этапе обучения.</li> </ul> |  |
| Третий период | Социально-коммуникативное развитие |  | <p>Формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |

|  |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
|--|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | Речевое развитие    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Подвижная игра «Затейники»<br>Разучивание потешек.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|  | Физическое развитие | <b>МАРТ:</b><br><br><b>Март-первый месяц весны. Международный женский день.</b><br><br><b>Весна.</b><br><br><b>Возвращение перелетных птиц.</b><br><br><b>Каникулы.</b><br><br><b>АПРЕЛЬ:</b><br><br><b>Насекомые.</b><br><br><b>Мой дом.</b><br><br><b>Мой город.</b><br><br><b>Семья.</b><br><br><b>МАЙ:</b><br><br><b>День Победы.</b><br><br><b>Как выращивают хлеб.</b><br><br><b>Комнатные растения.</b><br><br><b>Диагностика.</b> | <i>1. Построения и перестроения</i><br>- построение в шеренгу по росту и перестраивание в колонну, а затем из колонны по одному в колонну по двое.<br>- Повороты (направо, налево, кругом), переступая на месте.<br><i>2. Ходьба и упражнения в равновесии.</i><br>- Ходьба обычная, ходьба на носках, на пятках, в полуприседе, с поворотами, ходьба с заданиями.<br>- Ходьба с перешагиванием через предметы, по наклонной доске, с предметами в руках, на голове, без предметов, спиной вперед, «змейкой» со сменой темпа, приставным шагом по шнуру, по «Змейке», с утяжелителями в руках (в руке).<br>- Ходьба по дорожкам, приподнятым над полом, по дорожкам, выложенным из веревки, ленточек, ковровина, мягких модулей и другого материала (с изменением темпа движения — быстро, медленно).<br>- Хороводные игры для формирования у детей умения ходить по сигналу по кругу. |  |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |
|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | <p>- Движения под музыку, движения с прихлопыванием и проговариванием слов, коротких стишков.</p> <p><i>3. Бег:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в колонне по одному и парами, змейкой между предметами, между линиями, между мягкими модулями и т. п.;</li> <li>- в медленном и среднем темпе;</li> <li>- на носках.</li> <li>- бег на скорость, бег с ускорением и замедлением (с изменением) темпа.</li> <li>- обучение разнообразным видам бега со сменой ведущего, челночному бегу (по ориентирам или за взрослым).</li> </ul> <p><i>4. Прыжки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на двух ногах (с поворотом кругом со сменой ног), ноги вместе — ноги врозь, с хлопками над головой, за спиной;</li> <li>- с продвижением вперед (3—4 м), вперед — назад, с поворотами, боком (вправо — влево);</li> <li>- с высоты 25 см;</li> <li>- через два-три предмета высотой 5—10 см;</li> <li>- в длину с места (50 см), в высоту (15—20 см) с места;</li> <li>- на батутах и др.</li> <li>- игры на мячах-хопах (фитбол).</li> </ul> <p><i>5. Катание, бросание, ловля округлых предметов</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прокатывание мяча, обруча из разных исходных</li> </ul> |  |
|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |
|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | <p>позиций двумя руками друг другу; бросать и ловить мяч (два-три раза), бросать мяч друг другу, бросать мяч вверх, отбивать мяч от пола (четыре-пять раз подряд).</p> <p>- Метание мячей малого размера в вертикальную (1,5—2 м) и горизонтальную цель (расстояние 2—2,5 ж).</p> <p>- Игровые упражнения с набивными мячами.</p> <p><i>6. Ползание и лазанье</i></p> <p>- Ползание на четвереньках по прямой линии, в разных направлениях между предметами, прокатывая мяч, с поворотом кругом.</p> <p>- Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках к предметной цели, подлезать по скамейку.</p> <p>- Подползание на четвереньках и на животе по дорожке с последующим перелезанием через невысокие препятствия (конструкции из мягких модулей и др.).</p> <p>Упражнения на следочках от рук и цыпочек (движение на четвереньках) на коврике со следочками и подобных ему.</p> <p>- Лазанье по лестнице-стремянке и по гимнастической лестнице.</p> <p><i>7. Подготовка к спортивным играм</i></p> |  |
|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|                         |                            |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
|-------------------------|----------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                         |                            |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Упражнения на координацию движений рук и ног в положении лежа (плаваем).</li> <li>- В играх и упражнениях закрепление навыков бега, прыжков, ползания и лазания, бросания и ловли мяча, ориентировки в пространстве.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |
| <b>Четвертый период</b> | <b>Физическое развитие</b> |  | <p><i>Бег:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в колонне по одному (добавляем бег парами), змейкой между предметами за взрослым, между линиями, между мягкими модулями;</li> <li>- на носках;</li> <li>- в медленном и среднем темпе;</li> <li>- по дорожке, приподнятой над полом.</li> </ul> <p><i>Прыжки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на двух ногах</li> </ul> <p><i>Катание, бросание, ловля округлых предметов:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прокатывание мяча, обруча из разных исходных позиций двумя руками друг другу.</li> <li>- Бросание и ловля мяча (два-три раза), бросание мяча друг другу, бросание мяча вверх.</li> <li>- Отбивание мяча от пола (два-три раза подряд); метание мяча малого</li> </ul> |  |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |
|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | <p>размера в вертикальную (1,5—2 м) и горизонтальную цель (расстояние 2—2,5 м).</p> <p>- Игровые упражнения набивными мячами.</p> <p><i>Ходьба и упражнения в равновесии:</i></p> <p>- Обычная ходьба, ходьба на носках, ходьба с заданиями, ходьба по дорожкам, приподнятым над полом, ходьба по кругу.</p> |  |
|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной адаптированной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников (во всех группах)**

| Объект педагогической диагностики (мониторинга)                                         | Формы и методы педагогической диагностики | Периодичность проведения педагогической диагностики | Длительность проведения педагогической диагностики | Сроки проведения педагогической диагностики |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| <b>Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"</b> | -Наблюдение                               | 2 раза в год                                        | 1-2 недели в каждой группе                         | Сентябрь<br>Май                             |

**2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников**

| месяц | Темы | Формы работы | Дополнительная информация |
|-------|------|--------------|---------------------------|
|-------|------|--------------|---------------------------|

|                    |                                                                       |                                                     |                                                                 |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <b>IX-2016 г.</b>  | Физ. развитие ребенка в д/ саду                                       | Индивидуальные беседы с родителями                  | Информация в группах                                            |
| <b>X-2016 г.</b>   | Посещение род. собраний по группам                                    | Выступление на тему «Ребенок и физическая культура» | Выступление на тему «Ребенок и физическая культура»             |
| <b>XI-2016 г.</b>  | «Физ. воспитание – залог правильного эмоционального развития ребенка» | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| <b>XII-2016 г.</b> | «Занимаются ли дома спортом»                                          | Анкетирование                                       | Информация в род. уголках по группам                            |
| <b>I-2017 г.</b>   | Фото выставка «зимние виды спорта»                                    | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| <b>II-2017 г.</b>  | «В здоровом теле, здоровый дух».                                      | Открытые занятия для родителей                      | Информация в род. уголках по группам.                           |
| <b>III-2017 г.</b> | Спортивный инвентарь.                                                 | Вечера досугов с участием родителей                 | Помощь родителей в изготовлении спорт. инвентаря своими руками. |
| <b>IV-2017 г.</b>  | «Папа, мама, я- спортивная семья»                                     | Вечера досугов с участием родителей                 | Информация в род. уголках по группам                            |
| <b>V-2017 г.</b>   | «Чему научился ваш ребенок?»                                          | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| <b>VI-2017 г.</b>  | Физическое и эмоциональное развитие ребенка во время отдыха           | Индивидуальные беседы с родителями.                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
| <b>VII-2017</b>    | «Что мы знаем о закаливании»                                          | Анкетирование                                       | Информация в род. уголках по группам.                           |
| <b>VIII-2017</b>   | Безопасность в летний период                                          | Беседы с родителями                                 | Информация в род. уголках по группам.                           |
|                    |                                                                       |                                                     |                                                                 |

### **3. Организационный раздел рабочей программы.**

#### **3.1. Структура реализации образовательной деятельности**

| <b>Совместная деятельность педагога с детьми</b>                                                                                                                          | <b>Самостоятельная деятельность детей</b>                                                                                                            | <b>Виды деятельности, технологии</b>                                                                                                                                                                                                                        | <b>Индивидуальный маршрут развития ребенка</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Занятия по физическому развитию 3 раза в неделю в каждой возрастной группе. Спортивные развлечения- « Кто быстрее?», « Зимние радости», « Мы растем сильными и здоровыми» | Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах: во время прогулки; подвижные игры; физ.минутки. | Разнообразные формы двигательной рекреации:<br>-физ.- оздоровительные мероприятия в режиме дня;<br>-игры на воздухе;<br>-физ. праздники;<br>-дни здоровья;<br>-беседы о здоровье в игровых ситуациях;<br>-викторины и конкурсы на оздоровительную тематику. | Индивидуальная работа с детьми группы направлена на развитие физических способностей детей по итогам мониторинга. Занятия проводятся индивидуально и по подгруппам. Состав подгрупп может меняться в течение года в зависимости от индивидуальных успехов каждого ребенка. Частота проведения индивидуальных занятий определяется возрастом и индивидуальными психофизическим и особенностями детей, продолжительность индивидуальных занятий 5 - 10 минут. |
|                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

### 3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26)

| Группы          | Продолжительность одного занятия по физическому развитию | Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u> |
|-----------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Средний возраст | 20 минут                                                 | 3                                                                          |

### 3.3. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

- Основы безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста. Н.Е. Авдеева, О.Л. Князева. - М., 2005
- Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам. - М., 2005.
- Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья. — М.: ТЦ Сфера, 2009.
- Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников. — М.: Генезис, 2004.
- Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2010.
- Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет/ автор-составитель Е.И. Подольская. - Учитель, 2011
- Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. - М.: ТЦ Сфера, 2009.
- Фопель К. Привет, ручки! Подвижные игры для детей 3-6 лет: Пер. с нем. - М.: Генезис, 2005.
- Змановский Ю.Ф. Здоровый дошкольник, М., 2000.
- Нищева Н.В. Подвижные и дидактические игры на прогулке. - СПб: ООО Издательство «Детство пресс», 2011
- Аверина И. Е. Физкультурные минутки в детском саду. Практическое пособие. - М.: Айрис-пресс, 2008.
- Сизова Н.О. Валеология. Конспекты комплексных занятий в детском саду (от 3 до 7 лет). –СПб, 2010.
- Голицина Н.С., Шумова И.М. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей. - М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2010
- М.Ю. Картушина. Праздники здоровья для детей 4-5 лет. Сценарии для ДОУ. - М.: ТЦ Сфера, 2010.