

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 58 комбинированного вида
Центрального района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

решением Педагогического Совета ГБДОУ № 58
Центрального района Санкт-Петербурга
Протокол № 5 от «23» 05. 2019

с учетом мнения Совета родителей ГБДОУ № 58
Центрального района Санкт-Петербурга
Протокол № 2 от «22» 05. 2019

УТВЕРЖДЕНА

Заведующий ГБДОУ № 58
Центрального района Санкт-Петербурга
И.Е.Вежлева
Приказ № 28-01 от «23» 05. 2019



**Рабочая программа
на 2019-2020 учебный год
инструктора по физической культуре группы № 1.1 общеразвивающей
направленности «КАПЕЛЬКА»
по реализации образовательной программы дошкольного образования
старшего дошкольного возраста (от 5 до 7 лет)**

Должность педагога:

инструктор по физической культуре

Мушкатерова Ирина Владимировна

первая квалификационная категория

Срок реализации - один год

Санкт-Петербург
2019

1.Целевой раздел рабочей программы

1.1. Пояснительная записка

Цель	- Реализация содержания Основной общеобразовательной программы дошкольного образования в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования по физическому развитию воспитанников.
Задачи	-Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; -Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями развития способностей; -Формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей; -Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	- обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей; - организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей; - обеспечение личностно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников
Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам)	достижения этого возраста характеризуются распределением ролей в игровой деятельности; продолжает развиваться образное мышление, развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания.Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию; восприятие характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я
Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)	-Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ); - Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155); - 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). - Основная адаптированная программа дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общее недоразвитие речи)
Срок реализации	2019-2020 учебный год

рабочей программы	(Сентябрь 2019 - август 2020 года)
<u>Целевые ориентиры</u> освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников)	Ребенок: <ul style="list-style-type: none"> – выполняет основные виды движений и упражнения по словесной инструкции взрослых; – выполняет согласованные движения, а также разноименные и разнонаправленные движения; – выполняет разные виды бега; – сохраняет заданный темп (быстрый, средний, медленный) во время ходьбы; -осуществляет элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений; – знает и подчиняется правилам подвижных игр, эстафет, игр с элементами спорта; – владеет элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

2.Содержательный раздел рабочей программы

2.1. Содержание образовательной работы с детьми

Месяц (или квартал)	Образовательные области	Темы\направление деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы (занятия, проекты, праздники, концерты и др.)
IX	Социально-коммуникативное развитие			
	Речевое развитие			
	Физическое развитие		Мониторинг	
X	Социально-коммуникативное развитие		Учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр	
	Речевое развитие		Подвижная игра «перелет птиц» Считалка «Апельсин»	
	Физическое развитие	Кладовая леса: ягоды, грибы, орехи, желуди.	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	Занятие. Игровая беседа с элементами

		Семья. Мой дом. Предметы домашнего обихода: посуда. Русские народные промыслы.	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнять в прыжках; ведение мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола).	движений
		Семья. Мой дом. Мебель.	Повторить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; развивать координацию при перебрасывании мяча.	
		Золотая осень. Красная книга растений.	Закрепить игровые упражнения с мячом; прыжки со скамейки на полусогнутые ноги.	
XI	Социально-коммуникативное развитие		Рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. Обсуждать пользу закаливания.	
	Речевое развитие		Подвижная игра «Мы веселые ребята» Дых.упр-е «Ветер»	
	Физическое развитие	Предметы ближайшего окружения: одежда, обувь, головные уборы.	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; Упражнять в ходьбе по канату (шнуру); повторить эстафету с мячом.	Ситуативный разговор.
		Мой дом, мой город. Стройка.	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу.	
		Домашние животные и птицы. Труд фермера.	Повторить бег; игровые упражнения с мячом в равновесии и прыжках.	
		Дикие животные и птицы средней полосы. Профессия лесника. Красная книга животных.	Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге; ведение мяча, продвигаясь вперед шагом.	
XII	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».	
	Физическое развитие	Животные Австралии.	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением равновесия.	Интегративная деятельность. Занятие.
		Животные севера и жарких стран.	Прыжки на двух ногах, между набивными мячами; переброска мячей друг другу в парах.	
		Средства связи. Почта, телеграф, телефон, компьютер.	Упражнять в ходьбе с различными положениями рук; в беге враспынную броски мяча вверх и ловля его двумя мячами.	
		Новый год! Народная игрушка.	Закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; ползание по гимнастической скамейке на животе.	
I	Социально-коммуникативное развитие		Формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками	
	Речевое развитие		Подвижная игра « Затейники» Разучивание потешек.	
	Физическое развитие	Каникулы! Зима, Рождество в Санкт-Петербурге.	Продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; в забрасывании мяча в кольцо.	
		Зимние забавы и зимние виды спорта.	Ходьба по наклонной доске, балансируя руками; прыжки на двух ногах между набивными мячами; перебрасывание мячей друг другу в шеренгах.	
		Зима в лесу.	Упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой; прыжки в длину с места.	
Животные водоемов. Животные морей и океанов.		Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода; ходьба с перешагиванием через набивные мячи.		
II	Социально-коммуникативное развитие		Развивать умение различать и называть органы чувств.	
	Речевое развитие		Подвижная игра « Гуси лебеди» Упр-я с речитативом	

	Физическое развитие	Растения как живые существа. Комнатные растения.	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.	
		Транспорт. Труд на транспорте.	Повторить прыжок в высоту с разбега, упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.	
		День защитника отечества. Наша Армия. Военная техника.	Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.	
		Зимующие птицы.	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, прыжки из обруча в обруч на двух ногах.	
III	Социально-коммуникативное развитие		Формировать доброжелательное отношение друг к другу, действовать в команде	
	Речевое развитие		Подвижная игра «Горелки»	
	Физическое развитие	Перелетные птицы.	Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки через бруски; бросание мячей в кольцо с расстояния 2 м. двумя руками из-за головы.	
		Наши бабушки и мамы.	Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; отбивание мяча о пол одной рукой.	
		Предметы, облегчающие труд в быту. Электробытовые приборы.	Упражнять детей в метании в вертикальную цель; упражнять в лазании под палку и перешагивании через нее.	
Домашние питомцы.		Упражнять детей в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; в сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре.		
IV	Социально-коммуникативное развитие		Формировать представления о том, что утренняя зарядка, игры, физ.упражнения вызывают хорошее настроение.	
	Речевое развитие		Подвижная игра «мышеловка» Считалка «Апельсин»	

	Физическое развитие	Мои любимые книги.	Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки через бруски; бросание мячей в кольцо с расстояния 2 м. двумя руками из-за головы.	
		12 апреля – День Космонавтики. Покорение космоса.	Прыжки в длину с разбега; забрасывание мяча в кольцо; лазанье под дугу.	
		Предметы вокруг нас.	Упражнять детей в ходьбе и беге, повторить эстафету с большим мячом.	
		Земля наш общий дом.	Прыжки через короткую скакалку; прокатывание обручей друг другу; пролезание в обруч прямо и боком.	
V	Социально-коммуникативное развитие		Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым.	
	Речевое развитие		Комплекс ОРУ с элементами дыхательной гимнастики «Эти забавные животные».	
	Физическое развитие	Цветущая весна.	Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки через бруски; бросание мячей в кольцо с расстояния 2 м. двумя руками из-за головы.	
		Моя страна. День Победы. Великая отечественная война и ее герои.	Прыжки в длину с разбега; забрасывание мяча в кольцо; лазанье под дугу.	
		Насекомые.	Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода; ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	
Моя страна. Блистательный Санкт-Петербург!		Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровых упражнениях с мячом.		
VI-VII-VIII	Социально-коммуникативное развитие		Дать представление о ценности здоровья.	
	Речевое развитие		Подвижная игра с речитативом « Дети по лесу гуляли»	
	Физическое развитие		Упражнять детей в беге, развивая выносливость; в беге между предметами; на скорость; в метании мешочков в цель; прыжках через короткую скакалку; упражнять в подлезании под шнур; упражнять в равновесии и прыжках. Подвижные игры: Мы веселые	

			ребята, Караси и щука, Не оставайся на земле, Карусель, Совушка, Ловишки-перебежки, Бездомный заяц.	
--	--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------	--

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
Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"	-Наблюдение	2 раза в год	1-2 недели в каждой группе	Сентябрь Май

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

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

	ребенок?»		род.уголках по группам.
VI	Физическое и эмоциональное развитие ребенка во время отдыха	Индивидуальные беседы с родителями.	Информация в род.уголках по группам.
VII	«Что мы знаем о закаливании»	Анкетирование	Информация в род.уголках по группам.
VIII	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 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 психофизическими 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	25 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 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.