



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД №58 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом

«28» 08.2023г.

протокол № 1

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий

И.Е. Вежлева

приказ от «31» 08.2023г. № 88-од

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

инструктора по физической культуре  
группы общеразвивающей направленности  
№7 «ЗВЕЗДОЧКА»

младшего дошкольного возраста (3-4 лет)

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
детский сад № 58 комбинированного вида  
Центрального района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад №58 Центрального района СПб)

**на 2023-2024 учебный год**

**(срок реализации – 1 год)**

Махенко Наталья Сергеевна

соответствие занимаемой должности

Санкт-Петербург  
2023

Оглавление:		Стр.
<b>Глава 1. Целевой раздел рабочей программы</b>		2
1.1.	Пояснительная записка	2
1.2.	Цели и задачи рабочей программы	3
1.3.	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	3
1.4.	Значимые характеристики для разработки рабочей программы. Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей (группы)	4
1.5.	Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы рабочей программы	4
<b>Глава 2. Содержательный раздел рабочей программы</b>		4
2.1.	Комплексно-тематическое планирование Содержание образовательной и воспитательной работы с детьми	4
2.2.	Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной образовательной программы дошкольного образования	11
2.3.	Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников	11
2.4.	Содержание воспитательной работы с детьми Задачи воспитательной работы	12
<b>Глава 3. Организационный раздел</b>		15
3.1.	Структура реализации образовательной деятельности	15
3.2.	Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)	16
3.3.	Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)	16
Приложение №1 Спортивные развлечения и праздники		17

## **1.Целевой раздел рабочей программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Рабочая программа инструктора по физической культуре младшей группы общеразвивающей направленности для детей дошкольного возраста (от 3 до 4 лет) разработана в соответствии с ФГОС дошкольного образования, Федеральной образовательной программой дошкольного образования (далее ФОП ДО).

Программа составлена с учётом интеграции образовательных областей и предусматривает вариативность, изменения и дополнения по мере профессиональной необходимости.

Данная Программа является нормативным документом, характеризующим систему организации образовательной и воспитательной деятельности педагогов, включает Программу воспитания, которая является компонентом ФОП ДО, определяет содержание и организацию образовательного и воспитательного процесса группы и разработана на основе:

- Образовательной программы дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №58 комбинированного вида Центрального района Санкт-Петербурга детский сад № 58 принятой Педагогическим Советом ГБДОУ (протокол от 28.08. 2023г. № 1) и утвержденной заведующим ГБДОУ 58, приказ: от 31.08. 2023г.№ 87-ОД (далее Программа);

Образовательная программа дошкольного образования и рабочая программа воспитания опубликованы на сайте образовательного учреждения в разделе «Сведения об образовательной организации», подраздел «Образование»

[https://www.gbdou58spb.ru/index/obrazovatelnye\\_programmy/0-26](https://www.gbdou58spb.ru/index/obrazovatelnye_programmy/0-26)

- Положения о рабочей программе педагога от 10.01.2020 приказ №1-ОД;
- Долгосрочного проекта «Формирование финансовой грамотности участников образовательных отношений» в рамках образовательной программы дошкольного образования «Экономическое воспитание дошкольников: формирование предпосылок финансовой грамотности» для детей дошкольного возраста; «Маленький финансист»
- Долгосрочный проект по нравственно-патриотическому воспитанию «Учимся любить Россию», «Мой дом, моя семья, моя Родина»
- Долгосрочный проект по социально-коммуникативному воспитанию ОБЖ и ЗОЖ «Малышам о важном»
- Действующих санитарно-эпидемиологических требований (Программа).

## 1.2. Цели и задачи

<b>Цель</b>	- реализация содержания Образовательной программы дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 58 Центрального района Санкт–Петербурга
<b>Задачи</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-охрана жизни, укрепление физического и психического здоровья воспитанников;</li> <li>-создание атмосферы эмоционального комфорта, условий для самовыражения и саморазвития;</li> <li>-обеспечение познавательно-речевого, социального, художественно-эстетического и физического развития детей;</li> <li>-осуществление необходимой коррекции недостатков в физическом и психическом развитии воспитанников;</li> <li>-воспитание, с учетом возрастных категорий детей, гражданственности, уважения к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье;</li> <li>-взаимодействие с семьями детей с целью обеспечения полноценного развития воспитанников;</li> <li>-оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) по вопросам воспитания, обучения и развития детей;</li> </ul>
<b>1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;</li> <li>-сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);</li> <li>-соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);</li> <li>-обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;</li> <li>-строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями</li> </ul>

	<p>образовательных областей;</p> <p>-основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;</p> <p>-предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;</p> <p>-предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;</p> <p>-допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;</p> <p>-строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой</p>
<p><b>1.4. Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам)</b></p>	<p>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 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><b>1.5. Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников)</b></p>	<p>Ребенок:</p> <p>Проходит по гимнастической скамейке;</p> <p>Ударяет мяч об пол и ловит его двумя руками;</p> <p>Обладает развитой крупной моторикой, выражает стремление осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.);</p> <p>Реагирует на сигнал и действует в соответствии с ним;</p> <p>Стремится принимать активное участие в подвижных играх;</p> <p>Использует предметы домашнего обихода, личной гигиены, выполняет орудийные действия с предметами бытового назначения 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

<b>I. Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития</b>
<b>3 - 4</b>
Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре.
Развивать психофизические качества, <ul style="list-style-type: none"><li>– ориентировку в пространстве,</li><li>– координацию,</li><li>– равновесие,</li><li>– способность быстро реагировать на сигнал.</li></ul>
Формировать интерес и положительное отношение к <ul style="list-style-type: none"><li>– занятиям физической культурой и</li><li>– активному отдыху,</li><li>– воспитывать самостоятельность.</li></ul>
Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, <ul style="list-style-type: none"><li>– создавать условия для формирования правильной осанки,</li><li>– способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.</li></ul>
Закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни
<b>II. Содержание образовательной деятельности.</b>
<b>3 - 4</b>
Педагог формирует умение: <ul style="list-style-type: none"><li>– организованно выполнять строевые упражнения,</li><li>– находить свое место при совместных построениях, передвижениях.</li></ul>
Педагог формирует умение организованно выполнять по показу <ul style="list-style-type: none"><li>– общеразвивающие, музыкально - ритмические упражнения;</li><li>– создает условия для активной двигательной деятельности и</li><li>– положительного эмоционального состояния детей.</li></ul>
1. Педагог воспитывает/ формирует <ul style="list-style-type: none"><li>– умение слушать и следить за показом,</li></ul> умение выполнять предложенные задания сообща, действуя, в общем, для всех темпе.
Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.
Педагог продумывает и организует активный отдых
Приобщает детей к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности,
Приобщает детей к здоровому образу жизни.
Формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.
Воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.
<b>III. Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения)</b>
<b>3.1. Основные виды движения</b>
<b>3.1.1. Бросание, катание, ловля, метание</b>
<b>3 - 4</b>
– катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; <i>-прокатывание мячей в прямом направлении, друг другу, в ворота, бросание мячей воспитателю*</i>
подбрасывание мяча вверх и ловля его;
– бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах <i>бросание мяча вверх и о землю и ловля его*</i>
<i>бросание мяча воспитателю и ловля его обратно*</i>
<i>- перебрасывание мяча, стоя парами лицом друг другу,**</i>
перебрасывание мяча через сетку;
произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога

<ul style="list-style-type: none"> <li>- бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой;</li> <li>- бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль;</li> </ul>
<b>3.1.2. Ползание, лазанье</b>
<b>3-4</b>
ползание на четвереньках на расстояние 4 - 5 - 6 м до кегли (взять ее, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой);
ползание по гимнастической скамейке за катящимся мячом
проползание на четвереньках под 3- 4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м)
ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске;
влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее;
-подлезание под дугу, не касаясь руками пола;
<b>3.1.3. Ходьба</b>
<b>3-4</b>
ходьба в заданном направлении <ul style="list-style-type: none"> <li>- небольшими группами,</li> <li>- друг за другом,</li> <li>- парами друг за другом</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба по ориентирам (по прямой, по кругу;</li> <li>- ходить, обходя предметы, врассыпную, "змейкой";</li> <li>- ходьба с поворотом и сменой направления);</li> <li>- ходьба на носках;</li> <li>- ходьба, высоко поднимая колени</li> </ul>
- ходьба, перешагивая предметы
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба в разных направлениях;</li> <li>-ходьба с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше)</li> </ul>
- ходьба по наклонной доске
- ходьба в чередовании с бегом;
<b>3.1.4. Бег</b>
<b>3-4</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>-бег группами и по одному за направляющим, врассыпную, со сменой темпа;</li> <li>- бег по кругу, в парах;</li> <li>- бег по кругу, держась за руки</li> </ul>
- бег, оббегая предметы, между двух или вдоль одной линии;
<ul style="list-style-type: none"> <li>- бег со сменой направления, с остановками;</li> <li>-бег мелким шагом;</li> <li>-бег на носках;</li> <li>-бег в чередовании с ходьбой;</li> <li>- бег убежание от ловящего, ловля убегающего;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- бег в течение 50 - 60 сек;</li> <li>- быстрый бег 10 - 15 м;</li> <li>- медленный бег 120 - 150 м</li> </ul>
-перебегание подгруппами по 5 - 6 человек с одной стороны площадки на другую;
<b>3.1.5. Прыжки</b>
<b>3-4</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки на двух и на одной ноге;</li> <li>- прыжки на месте,</li> </ul>
прыжки, продвигаясь вперед на 2 - 3 м;
<ul style="list-style-type: none"> <li>-прыжки через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону);</li> <li>- прыжки через 2 линии (расстояние 25 - 30 см),</li> <li>- прыжки через 4 - 6 параллельных линий (расстояние 15 - 20 см);</li> <li>- прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой;</li> <li>-прыжки в длину с места (не менее 40 см);</li> </ul>
- спрыгивание (высота 10 - 15 см),
<b>3.1.6. Упражнения в равновесии</b>
<b>3-4</b>
- ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15 - 20 см, длина 2 - 2,5 м), обычным и приставным

шагом;
- ходьба на носках, с остановкой.
-ходьба с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение);
- ходьба по гимнастической скамье
ходьба с перешагиванием рейки лестницы, лежащей на полу
ходьба по шнуру, плоскому обручу, лежащему на полу, приставным шагом;
-ходьба по ребристой доске;
- ходьба по наклонной доске;
- кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.
<b>3.2. Общеразвивающие упражнения</b>
<b>3.2.1. Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса</b>
<b>3-4</b>
поднимание и опускание прямых рук вперед;
<b>основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью);</b>
отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно);
перекладывание предмета из одной руки в другую
хлопки над головой и перед собой;
махи руками;
упражнения для кистей рук
<b>выполнение упражнений пальчиковой гимнастики;</b>
<b>3.2.2. Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:</b>
<b>3-4</b>
потягивание, приседание, обхватив руками колени
наклоны вперед и в стороны
повороты со спины на живот и обратно
сгибание и разгибание ног из положения сидя
поднимание и опускание ног из положения лежа
<b>3.2.3. Упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса:</b>
<b>3-4</b>
поднимание и опускание ног, согнутых в коленях
- сгибание и разгибание ног;
- отведение ноги вперед, в сторону, назад;
- поднимание на носки и опускание на всю ступню;
приседание с предметами, поднимание на носки
выставление ноги вперед, в сторону, назад;
- упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на пояс, перед грудью, за спиной);
- упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими)
<b>3.3. Ритмическая гимнастика</b>
<b>3.3.1. Музыкально-ритмические упражнения,</b>
<b>3-4</b>
- разученные на музыкальных занятиях??????, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры:
<b>3.3.2. Рекомендуемые упражнения</b>
<b>3-4</b>
ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки,
на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом;
- поочередное выставление ноги
- вперед, на пятку, притопывание, приседания "пружинки", кружение;
- имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее)
<b>3.3.3. Строевые упражнения</b>
<b>3-4</b>
Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам.
Перестроение в колонну по два, врассыпную.
Смыкание и размыкание обычным шагом.
Повороты направо и налево переступанием.
<b>4. Подвижные игры</b>

<b>3-4</b>
Педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры
Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).
<b>5. Спортивные игры - нет</b>
<b>6. Спортивные упражнения</b>
<b>3-4</b>
Педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.
<b>6.1. Катание на санках</b>
<b>3-4</b>
по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.
<b>6.2. Ходьба на лыжах:</b>
<b>3-4</b>
по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием
<b>6.3. Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:</b>
<b>3-4</b>
Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.
<b>6.4. Плавание</b>
<b>3-4</b>
Погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.
<b>6.5. Катание на коньках: нет</b>
<b>5. Формирование основ здорового образа жизни</b>
<b>3-4</b>
Педагог поддерживает стремление ребенка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками;
<u>Формирует</u> первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья
<u>Напоминает</u> о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила.
<b>8. Активный отдых*</b>
<b>8.1. Предлагаемое (рекомендуемое) тематическое содержание физкультурных досугов и праздников</b>
<b>3-4</b>
<b>Досуг</b>
Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.
<b>8.2. Физкультурные досуги</b>
<b>3-4</b>
<b>Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе</b>
Продолжительность 20 - 25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.
<b>8.3. Физкультурные праздники</b>
<b>8.4. Дни здоровья</b>
<b>День здоровья проводится 1 (один) раз в квартал</b>
В этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия).
<i>Прогулки и экскурсии (простейший туризм)**нет</i>



## 2.1. Содержание образовательной работы с детьми

Месяц (или квартал)	Образовательные области	Темы/направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы (занятия, проекты, праздники, концерты и др.)
<b>IX</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</b>	Социально-коммуникативное развитие		Учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр	
	Речевое развитие		Подвижная игра с речитативом « Дети по лесу гуляли»	Занятие.
	<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.	Игровая беседа с элементами движений
		<b>«Семья. Мой дом. Предметы домашнего обихода: посуда.»</b>	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивание 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 упражнений в равновесии.		
<b>XI</b>	Социально-		Рассказывать о пользе	

	коммуникативное развитие		закаливания, приучать детей к обливанию прохладной водой. Обсуждать пользу закаливания.	
	Речевое развитие		Комплекс ОРУ с элементами дыхательной гимнастики «Эти забавные животные».	
	<b>Физическое развитие</b>	<b>«Предметы ближайшего окружения: одежда, обувь.»</b>	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые 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 прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	
		<b>«Дикие животные и птицы средней полосы.»</b>	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	
<b>XII</b>	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.: Учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.	

			Формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками	Ситуативный разговор Беседа.
	Речевое развитие		Разучивание считалок.	
	<b>Физическое развитие</b>	<b>«Дикие животные.»</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Занятие.
<b>«Домашние и дикие животные и птицы.»</b>		Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.		
<b>«Средства связи. Почта.»</b>		Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в прокатывании мяча между предметами умения группироваться при лазании под дугу.		
		<b>«Новый год!»</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре	
<b>I</b>	Социально-коммуникативное развитие		Формировать доброжелательное отношение друг к другу, действовать в команде	Игровая беседа с элементами движений  Занятие
	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>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.	
<b>II</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.  Занятие.  Рассказ.
		<b>Транспорт. Труд на транспорте.</b>	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги.	
		<b>День защитника отечества. 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</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.  Занятие.
		<b>Наши бабушки и мамы.</b>	Разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	
		<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	
<b>IV</b>	Социально-коммуникативное развитие		Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым.	
	Речевое развитие		Подвижная игра « мы топаем ногами»	
	<b>Физическое развитие</b>	<b>Мои любимые книги.</b>	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры.	Интегративная деятельность.  Занятие.  Рассказ.
		<b>12 апреля – День Космонавтики.</b>	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги.	
		<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</b>	Социально-коммуникативное		Дать представление о ценности здоровья.	

	развитие			
	Речевое развитие		Подвижная игра «огуречик, огуречик»	Ситуативный разговор.  Беседа.  Занятие.
	<b>Физическое развитие</b>	<b>Цветущая весна.</b>	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве.	
		<b>Моя страна. День Победы.</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги.	
		<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</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 равновесии; развивать ловкость в заданиях с мячом; упражнять в подлезании под шнур. <b>Подвижные игры:</b> Наседка и цыплята; 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 (во всех группах)**

Объект педагогической диагностики	Формы и методы педагогической	Периодичность проведения педагогической	Длительность проведения педагогической	Сроки проведения педагогической
-----------------------------------	-------------------------------	---	--	---------------------------------

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

### 2.4. Содержание воспитательной работы с детьми Задачи воспитательной работы

Целевые ориентиры рассматриваются как возрастные характеристики возможных достижений ребенка, которые коррелируют с портретом выпускника ДОО и с базовыми духовно-нравственными ценностями.

## НАПРАВЛЕНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

- Ценности Родины и природы лежат в основе **патриотического направления** воспитания.
- Ценности человека, семьи, дружбы, сотрудничества лежат в основе **социального направления** воспитания.
- Ценность знания лежит в основе **познавательного направления** воспитания.
- Ценность здоровья лежит в основе **физического и оздоровительного направления** воспитания.
- Ценность труда лежит в основе **трудового направления** воспитания.
- Ценности культуры и красоты лежат в основе **этико-эстетического направления** воспитания.

## ЗАДАЧИ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

<b>Направление воспитания: ПАТРИОТИЧЕСКОЕ</b>	
<b>Общие задачи по направлению</b>	
<p>1) Формирование любви к родному краю, родной природе, родному языку, культурному наследию своего народа.</p> <p>2) Воспитание любви, уважения к своим национальным особенностям и чувства собственного достоинства как представителя своего народа.</p> <p>3) Воспитание уважительного отношения к народу России в целом, своим соотечественникам и согражданам представителям всех народов России, к ровесникам, родителям, соседям, старшим, другим людям вне зависимости от их этнической принадлежности.</p> <p>4) Воспитание любви к родной природе, природе своего края, России, понимания единства природы и людей и бережного ответственного отношения к родной природе.</p>	
<b>Дошкольный возраст (до 8 лет)</b>	
Инвариантные задачи	<p>1) Воспитание у ребенка любви к своей малой родине и к стране.</p> <p>2) Формирование и поддержание чувства привязанности к родному дому, семье, близким людям.</p> <p>3) Подготовка к будущей семейной жизни к роли матери и отца.</p>
Вариативные задачи, в которых отражается специфика города, ДОО, группы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>ознакомление с историческим контекстом возникновения объекта культурного наследия родного города, спортивных традиций</i></li> </ul>
<b>Направление воспитания: СОЦИАЛЬНОЕ</b>	
<b>Общие задачи по направлению</b>	
<p>1) Формирование у ребенка представлений о добре и зле, позитивного образа семьи с детьми, ознакомление с распределением ролей в семье, образами дружбы в фольклоре и детской литературе, примерами сотрудничества и взаимопомощи людей в различных видах деятельности (на материале истории России, ее героев), милосердия и заботы о слабых членах общества. Анализ поступков самих детей в группе в различных ситуациях.</p> <p>2) Формирование навыков, необходимых для жизни в обществе: эмпатии (сопереживания), коммуникабельности, заботы, ответственности, сотрудничества, умения договариваться, умения соблюдать правила.</p> <p>3) Развитие способности поставить себя на место другого как проявление личностной зрелости и преодоление детского эгоизма.</p>	



4) Формирование речевой культуры как способности воспринимать, транслировать и порождать тексты на родном языке; проявлять осознанное и творческое отношение к языку.	
5) Формирование полоролевых позиций (нормы поведения, присущие девочкам и мальчикам).	
<b>Дошкольный возраст (до 8 лет)</b>	
Инвариантные задачи	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Воспитание у ребенка уважения и принятия ценности семьи и общества.</li> <li>2) Формирование способности и поощрение проявлений ребенком сочувствия и заботы, ответственности за свои действия и поведение, проявлений задатков чувства долга, нравственных поступков.</li> <li>3) Формирование у ребенка уважения и принятия различий между людьми.</li> <li>4) Способствование формированию у ребенка основ речевой культуры.</li> <li>5) Формирование у ребенка дружелюбия и доброжелательности, искренности, правдивости, умения слушать и слышать собеседника.</li> <li>6) Формирование у ребенка способности взаимодействовать со взрослыми и сверстниками.</li> <li>7) Формирование между мальчиками и девочками дружественных отношений, основанных на нравственных нормах взаимоотношения полов.</li> </ol>
Вариативные задачи, в которых отражается специфика города, ДОУ, группы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>приобщение детей к участию в национальных подвижных играх;</i></li> <li>• <i>организация сотрудничества детей в соревнованиях, эстафетах.</i></li> </ul>
<b>Направление воспитания: ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ</b>	
<b>Общие задачи по направлению</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Развитие любознательности, формирование опыта познавательной инициативы.</li> <li>2) Формирование ценностного отношения к взрослому как источнику знаний.</li> <li>3) Приобщение ребенка к культурным способам познания (книги, интернет-источники, дискуссии и др.).</li> </ol>	
<b>Дошкольный возраст (до 8 лет)</b>	
Инвариантные задачи	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Формирование у ребенка любознательности, наблюдательности, потребности в самовыражении, в том числе творческом.</li> <li>2) Поощрение и поддержание у ребенка активности, самостоятельности, инициативы в различных видах деятельности и в самообслуживании.</li> <li>3) Способствовать формированию у ребенка первичной картины мира на основе традиционных ценностей российского общества.</li> </ol>
Вариативные задачи, в которых отражается специфика города, ДОУ, группы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>создание условий для изучения правил различных видов спорта в условиях своего ДОУ;</i></li> <li>• <i>использование в ОРУ предметов-заменителей, пособий из бросового материала..</i></li> </ul>
<b>Направление воспитания: ФИЗИЧЕСКОЕ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ</b>	
<b>Общие задачи по направлению</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Способствование закаливанию организма, повышению сопротивляемости к воздействию условий внешней среды; укреплению опорно-двигательного аппарата и формированию рациональной осанки;</li> <li>2) Развитие двигательных способностей, обучение двигательным навыкам и умениям, формирование представлений в области физической культуры, спорта, здоровья и безопасного образа жизни;</li> <li>3) Воспитание морально-волевых качеств (честности, решительности, смелости, настойчивости и др.).</li> <li>4) Формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.</li> </ol>	
<b>Дошкольный возраст (до 8 лет)</b>	
Инвариантные задачи	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Формирование у ребенка основных навыков личной и общественной гигиены.</li> <li>2) Формирование и поддержание у ребенка стремления соблюдать правила</li> </ol>

	безопасного поведения в быту, социуме (в том числе в цифровой среде), природе. 3) Поддержание у детей желания помогать малышам безопасно вести себя в помещении и на прогулке, бережно относиться к ним
Вариативные задачи, в которых отражается специфика города, ДОУ, группы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>приобщение детей к занятиям национальными видами спорта;</i></li> <li>• <i>понимание причин безопасного поведения в условиях спортивного зала.</i></li> </ul>
<b>Направление воспитания: ТРУДОВОЕ</b>	
<b>Общие задачи по направлению</b>	
<p>1) Ознакомление с доступными детям видами труда взрослых и воспитание положительного отношения к их труду, познание явлений и свойств, связанных с преобразованием материалов и природной среды, которое является следствием трудовой деятельности взрослых и труда самих детей.</p> <p>2) Формирование навыков, необходимых для трудовой деятельности детей, воспитание навыков организации своей работы, формирование элементарных навыков планирования.</p> <p>3) Формирование трудового усилия (привычки к доступному дошкольнику напряжению физических, умственных и нравственных сил для решения трудовой задачи).</p>	
<b>Дошкольный возраст (до 8 лет)</b>	
Инвариантные задачи	<p>1) Формирование понимания ценности труда в семье и в обществе на основе уважения к людям труда и результатам их деятельности.</p> <p>2) Поощрение проявлений у ребенка трудолюбия при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.</p>
Вариативные задачи, в которых отражается специфика города, ДОУ, группы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>организация регулярных дежурств на физкультурных занятиях;</i></li> <li>• <i>воспитание уважительного отношения и интереса к профессии спортсменов, инструктора по физической культуре.</i></li> </ul>
<b>Направление воспитания: ЭТИКО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ</b>	
<b>Общие задачи по направлению</b>	
<p>1) Воспитание у детей уважительного отношения к окружающим людям, к их делам, интересам, удобствами, результатам творчества других детей.</p> <p>2) Воспитание культуры общения ребенка с взрослыми и сверстниками: общительности, вежливости, предупредительности, сдержанности, умения вести себя в общественных местах.</p> <p>3) Воспитание культуры речи.</p> <p>4) Воспитание культуры деятельности.</p> <p>5) Формирование чувства прекрасного на основе восприятия художественного слова на русском и родном языке.</p> <p>6) Построение взаимосвязи художественно-творческой деятельности самих детей с воспитательной работой, через развитие восприятия, образных представлений, воображения и творчества.</p>	
<b>Дошкольный возраст (до 8 лет)</b>	
Инвариантные задачи	<p>1) Формирование у ребенка способности воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве.</p> <p>2) Формирование и поддержание у детей стремления к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности.</p> <p>3) Формирование у ребенка основ художественно-эстетического вкуса.</p> <p>4) Формирование у детей культуры поведения в соответствии со своим полом.</p>
Вариативные задачи, в которых отражается специфика	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>ознакомление с фольклорными формами речевок и хороводных игр;</i></li> <li>• <i>приобщение к спортивным играм;</i></li> <li>• <i>участие в спортивных мероприятиях ДОУ, района.</i></li> </ul>

города, ДОУ, группы	
------------------------	--

### 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)

Группы	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию <i>в неделю</i>
Младшая	15 мин.	3

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

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки)	
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 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.

## Приложение №1

### СПОРТИВНЫЕ РАЗВЛЕЧЕНИЯ И ПРАЗДНИКИ

Сроки	Возрастная группа			
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Сентябрь	<b>ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ</b>			
Октябрь	«Папа, мама , я спортивная семья»		Спартакиада «Сильные, смелые, ловкие, умелые»	
Ноябрь	День веселых подвижных игр	Эстафеты	Страна веселых мячей	Мы пожарные
Декабрь	Котята и щенята	Сильные и ловкие	Первобытные люди	Необитаемый остров
Январь	В гостях у Деда Мороза	Эстафета с обручами	<b>ЗИМНЯЯ СПАРТАКИАДА</b>	
3 неделя января	<b>НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ</b> Понедельник - Беседы о ценности здорового образа жизни Вторник – Игры-аттракционы Среда – Викторина «Знатоки спорта» Четверг - День спортивных игр Пятница - Спортивный праздник «Папа, Мама, Я — спортивная семья»			
Февраль	Зимние забавы	Путешествие на остров сокровищ	<b>ПАПА И Я – СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ</b>	
Март	<b>ДЕНЬ РУССКИХ НАРОДНЫХ ИГР</b>		Преодолей себя	Спящая красавица
Апрель	Быстрые, ловкие, смелые	В мире сказок и приключений	Веселые старты	Русские богатыри
Май	Гуси-лебеди	В гости к солнышку	<b>межгрупповая «Большая эстафета»</b>	
Июнь	Мини-олимпиада «Летнее путешествие в Спортландию»			