

Согласована

Решением педагогического совета

Протокол от 30.08.2019г. № 1

Утверждена

Приказом от 30.08.2019г. № 110-ОД

Заведующий ГБДОУ №31

О.В. Басова



Рабочая программа
Инструктора по физической культуре
Фоменковой Светланы Юрьевны

Группа: среднего дошкольного возраста 4-5 лет

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №31 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно-речевому развитию детей Кировского района Санкт-Петербурга

на 2019-2020 учебный год

Санкт-Петербург,
2019 год

Содержание

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка.....	стр.3
---------------------------------	-------

2. Содержательный раздел

2.1. Содержание образовательной работы с детьми.....	стр.4
--	-------

2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования.....	стр.11
---	--------

2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.....	стр.12
---	--------

3. Организационный раздел программы

3.1. Структура организации образовательной деятельности.....	стр.13
--	--------

3.2. Организация развивающей ППС зала.....	стр.13
--	--------

3.3. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.).....	стр.14
---	--------

Приложение №1

Учебный план непрерывной образовательной деятельности.....	стр.16
--	--------

Приложение №2

Расписание непрерывной образовательной деятельности.....	стр.17
--	--------

1.Целевой раздел рабочей программы

1.1. Пояснительная записка

Цель	- реализация содержания основной образовательной программы дошкольного образования
Задачи	-формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни; -сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления; -обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, формирование правильной осанки; накопление двигательного опыта; -формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности; -развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной деятельности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	1 Принцип построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования. 2 Содействия и сотрудничества детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений. 3 Принцип поддержки инициативы детей в различных видах деятельности 4 Принцип соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития; 5. Личностно-ориентированный подход – это методическая ориентация в педагогической деятельности, позволяющая обеспечивать и поддерживать процессы самопознания и самореализации личности ребенка.
Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей (группы)	3-4-летний ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. Физически развит: умеет ходить прямо, сохраняя заданное воспитателем направление, бегать, в различном направлении и темпе; ползать на четвереньках; энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах; катает мяч в заданном

	направлении; метает предметы правой и левой рукой; пользуется физкультурным оборудованием вне занятий. Проявляет доброжелательность, доброту по отношению к окружающим, откликается на эмоции окружающих, имеет первичные гендерные представления, способен преодолеть небольшие трудности; соблюдать элементарные правила поведения в детском саду.
Основания разработки рабочей программы	- Образовательная программа дошкольного образования ДОУ
Срок реализации рабочей программы	2019-2020 учебный год (Сентябрь 2019 - август 2020 года)
Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы	- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды (бег, лазание, перешагивание и пр.); - с интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.

2. Содержательный раздел рабочей программы

2.1. Содержание образовательной работы с детьми

Месяц (или квартал)		Темы \ направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы (занятия, проекты и др.)
IX-2019г	Социально-коммуникативное		Формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, подвижной игры; учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду.	
	Познавательное		Формировать навык ориентировки в	

			пространстве	
	физическое развитие		Упражнять в ходьбе и беге колонной, в энергичном отталкивании двумя ногами от пола, сохранять устойчивое равновесие, попрыгивать вверх энергично, подбрасывать и ловить мяч двумя руками.	занятия
X-2019г.	Социально-коммуникативное		Учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр	
	Познавательное развитие		Развивать глазомер	
	Речевое развитие		Обсуждать пользу утренней гимнастики	
	Художественно-эстетическое развитие		Разучивать упражнения под музыку	
	Физическое развитие		Учить сохранять устойчивое положение при ходьбе на повышенной опоре, находить свое место при ходьбе и беге; развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски; ходьба с изменением	занятия

			направления, учить приемам точечного массажа.	
XI-2019г.	Социально-коммуникативное развитие		Формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур	
	Познавательное развитие		Учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед-назад. Вверх-вниз	
	Физическое развитие		Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления, в прыжках на двух ногах; учить ползать на животе по скамейке (подтягиваясь руками); закреплять устойчивое положение при ходьбе на повышенной опоре; закаливающие процедуры; учить приемам точечного массажа.	занятия
XII-2019г.	Социально-коммуникативное развитие		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	
	Речевое развитие		Обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения	
	Физическое развитие		Учить перестраиваться в пары на месте; упражнять в мягком приземлении при спрыгивании; закреплять умение прокатывать мяч, развивать глазомер; упражнять в ползании на повышенной опоре, учить соблюдать дистанцию при передвижении; продолжать знакомить с основами ЗОЖ, методами закаливания, оздоровления.	занятия
I -2020 г.	Социально- коммуникативное развитие		учить правильно подбирать предметы для игр. Считаться с интересами	

			товарищей	
	Познавательное развитие		Формировать умение двигаться в заданном направлении	
	Речевое развитие		Обсуждать пользу массажа;	
	Художественно-эстетическое развитие		Учить выполнять упражнения, отвечающие характеру музыки	
	Физическое развитие		Упражнять в ходьбе и беге между предметами, ходьба с высоким подниманием коленей; закреплять умение подлезать под шнур; соблюдать дистанцию; разучить ходьбу по гимнастической скамейке с поворотом на середине.	занятия
II-2020г.	Социально-коммуникативное развитие		Учить самостоятельно готовить место для занятий; формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр	
	Познавательное развитие		Учить определять положение предметов в пространстве по отношению к	

			себе: впереди- сзади, вверху- внизу	
	Физическое развитие		Развивать умение быть инициативным в подготовке и уборке мест занятий; учить ловить мяч двумя руками; упражнять в ходьбе и беге с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры, закреплять упражнения в равновесии, прыжки из обруча в обруч; воспитывать и поддерживать дружеские отношения, совершенствовать технику метания, учить правилам эстафеты.	занятия
III-2020г.	Социально- коммуникативное развитие		Учить технике безопасного выполнения прыжков, бега	
	Познавательное развитие		Рассказывать о пользе ЗОЖ, расширять кругозор	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной	

			активности, при обсуждении правил игры	
	Физическое развитие		Учить правильно занимать и.п. при прыжках в длину с места, лазать по наклонной лестнице с переходом на шведскую стенку; упражнять в бросании мяча через сетку, прокатывать мяч вокруг предметов; учить сознательно относиться к правилам игры.	занятия
IV-2020 г.	Социально- коммуникативное развитие		Учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.	
	Речевое развитие		Учить детей воспроизводить движения в творческой форме, развивать воображение	
	Художественно- эстетическое развитие		Вводить элементы ритмической гимнастики	
	Физическое развитие		Учить энергичному отталкиванию в прыжках в длину с места, замаху при метании мешочка на дальность, соблюдению дистанции при	занятия

			построении и передвижении, развивать умение перестраиваться в три колонны.	
V-2020 г.	Социально-коммуникативное развитие		Учить правилам безопасности во время лазания по гимнастической стенке; выполнять роль капитана	
	Речевое развитие		Формировать умение договариваться об условиях игры, объяснять правила игры	
	Физическое развитие		Учить бегать с изменением направления, лазать по гимнастической стенке, перебрасывать мяч друг другу, прыжки через шнур.	занятия
	Физическое развитие (июнь)		Продолжать развивать и закреплять ОВД двигательные умения и навыки детей.	занятия

2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования

Система мониторинга в соответствии с ФГОС ДО осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений детей, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений в соответствии с реализуемой образовательной программой дошкольного образования

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 контексте образовательных областей: "Физическое развитие".	-Наблюдение	2 раза в год	1-2 недели	Сентябрь Май

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

месяц	Темы	Формы работы	Дополнительная информация
IX-2019 г.	Двигательная активность детей дома	Беседа, анкетирование	
X-2019г.	«Влияние двигательного режима на здоровье детей ».	Досуг «Мамочка-любимая моя»	
XI-2019 г.	«Взаимосвязь развития мелкой моторики руки и речедвигательного аппарата».	Встреча по заявкам с участием учителя-логопеда Консультация	Пальчиковая гимнастика. Чем она может помочь?
XII-2019г.	«Развитие функции ловкости – как основа предупреждения травматизма»	Консультация	Привлечь внимание родителей к выполнению упражнений для развития ручной ловкости
I-2020 г.	Организации двигательной активности детей в выходные дни	Мастер-класс: :физкультурный уголок дома (нетрадиционные пособия)	Двигательный режим для дошкольника и его значение в укреплении здоровья
II-2020 г.	«Меры предосторожности при ОРВИ»	Встреча по заявкам с участием медработника	
III-2020 г.	«Веселый паровозик»	Открытое физкультурное занятие	Предложить понаблюдать за тем, как справился ребенок с предложенной

			нагрузкой
IV-2020 г.	«Использование прогулок и экскурсий для формирования умения применять различные движения в естественных условиях»	беседа	
V-2020 г.	«Будем дружно закаляться »	Неделя здоровья Совместный спортивный досуг	
лето-2020г.	Подвижные игры летом	Консультация	

3. Организационный раздел рабочей программы.

3.1. Структура организации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка
-НОД -занятия -образовательные проекты праздники развлечения тематические беседы	Создание условий для самостоятельной деятельности детей в режимных моментах, на прогулке. Оказание недирективной помощи воспитанникам	Игровая деятельность, Коммуникативная деятельность Музыкальная деятельность Двигательная деятельность	Разрабатывается с учетом результатов педагогической диагностики, фиксируется в листах индивидуальной работы (см. приложение 3)

3.2. Организация развивающей предметно- пространственной среды группы

Образовательная область	Формы организации (уголки, центры, пространства и др.)	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды группы	
		Содержание	Срок (месяц)
Физическое развитие		Обновление картотеки физкультминуток	сентябрь
		Подбор картотеки игр с пальчиками	октябрь
		Подбор комплекса гимнастики для глаз	ноябрь

	Изготовление нетрадиционных пособий для развития мелкой моторики пальцев рук и ног	декабрь
	Подбор картотеки подвижных игр с бегом »	январь
	Изготовление атрибутов-инвентаря к занятию « Веселый паровозик»	февраль
	Подбор картотеки утренней гимнастики	март
	Подбор картотеки игр к занятию «Будем дружно закаляться»	апрель
	Подбор упражнений дыхательной гимнастики	май
	Изготовление поделок из бумаги для игр с водой	лето

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

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
	Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. Фирилева Ж.Е, Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе». Оздоровительно-развивающая программа по танцевально-игровой гимнастике для дошкольных учреждений. Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду. Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Рунова М. А. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. (вторая младшая, средняя, старшая группа) Щербак А. П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении. Шебеко В. Н., Ермак Н. Н.Физкультурные праздники в детском саду. Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5–7 лет. Л.Д. Глазырина «Физическая культура – дошкольникам.

	Младший возраст». Л.Д. Глазырина «Физическая культура – дошкольникам. Старший возраст». О.М. Литвинова «Физкультурные занятия в детском саду» Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду / под ред. Т. С. Яковлевой. Доскин В. А., Голубева Л. Г. Растем здоровыми. Кудрявцев В. Т., Егоров Б. Б. Развивающая педагогика оздоровления. В.И. Орел, С.Н. Агаджанова «Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях». С.О. Филиппова «Педагогический и медицинский контроль здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями» Е.И. Вавилова «Укрепляйте здоровье детей» Зайцев Г. «Уроки Мойдодыра». В.И. Ковалько «Азбука физкультминуток для дошкольников» М.Д. Маханева «Воспитание здорового ребенка» Т.Ф. Саулина «Здоровый дошкольник»
--	--

Учебный план
непрерывной образовательной деятельности
на 2019-2020 учебный год

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки обучающихся в ДОУ

(непрерывная образовательная деятельность- далее- НОД)
(Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 N 26
"Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к
устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных
организаций")

Возраст детей, группа	Продолжительно сть одной формы НОД	Максимально допустимый объем образовательн ой нагрузки (в день) <u>в первую</u> половину дня	Максимально допустимый объем образовательн ой нагрузки (в день) <u>во</u> <u>вторую</u> половину дня	Перерыв ы между формами НОД, занятиям и
Средний дошкольный возраст от 4 до 5 лет)	20 мин	20 мин	20 мин	Не менее 10 мин.

Примечание: В середине непрерывной образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня.

**Количество и длительность форм непрерывной образовательной
деятельности в неделю**

Образовательные области	Физическое развитие Общее количество форм НОД <u>в</u> <u>неделю</u>	Общая образова тельная нагрузка <u>в</u> <u>неделю</u>
Количество НОД, занятий в неделю	<u>3</u>	<u>60 мин.</u>

Расписание непрерывной образовательной деятельности
на 2019-2020 учебный год

День недели	Время проведения	Наименование вида НОД (занятия)	Ответственный исполнитель: инструктор физкультуры, педагоги)
понедельник	09.30- 09.50	НОД (занятия)	Гр.№11; 7
вторник	11.15-11.35	НОД (улица)	Гр.№11
среда	09.00- 09.20	НОД (занятие)	ГР.№11; 7
четверг	09.30- 09.50 11.20-11.40	НОД (занятие) НОД (улица)	Гр.№11 Гр.№7
пятница	09.30-09.50 -	НОД (занятие)	Гр.№11

В документе

Протестувано и пронумеровано
18/сидекарне/ листов

ГБЮУ № 31

Карповского района
/О. В. Басова/

—/О. В. Басова/

