

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №31 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности
по познавательному-речевому развитию детей
Кировского района г. Санкт-Петербурга

«Согласована»
Решением педагогического совета
Протокол № 1 от 30.08.2021г.

«Утверждена»
Приказом № 120-ОД от 30.08.2021г.
Заведующий ГБДОУ №31
М.Е.Потрашкова _____

Рабочая программа физического развития

Подготовительная к школе группа

Срок реализации программы 2021/2022 учебный год.

Инструктор по
физическому развитию: Карташева Л.Н.

Санкт - Петербург

Содержание

1. Целевой раздел	
Пояснительная записка.....	стр.3
2. Содержательный раздел	
Содержание образовательной работы с детьми.....	стр.4
Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования.....	стр.9
Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.....	стр.9
3. Организационный раздел программы	
Структура организации образовательной деятельности.....	стр.11
Организация развивающей ППС зала.....	стр.11
Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.).....	стр.12
Приложение №1	
Учебный план непрерывной образовательной деятельности.....	стр.14
Приложение №2	
Расписание непрерывной образовательной деятельности.....	стр.15

1. Целевой раздел рабочей программы

Пояснительная записка

Цель	- реализация содержания основной образовательной программы дошкольного образования
Задачи	<p>- формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); - накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); - формирование у воспитанников потребности в двигательной активности, физическом совершенствовании.
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	<ol style="list-style-type: none"> 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	6-7 летний ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. Физически развитие благодаря опыту и целенаправленным занятиям физической культурой упражнения по технике движений дети выполняют

развития детей (группы)	более правильно и осознанно, важен для ребенка результат. Они способны дифференцировать свои мышечные усилия, а это означает, что появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить от медленных к более быстрым движениям по заданию воспитателя, т.е. менять темп; У детей появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений, что значительно по сравнению с предыдущим возрастом ускоряет формирование двигательных навыков и качественно их улучшает; резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем достаточно высоки; в коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля, формируется потребность заниматься физическими упражнениями.
Основания разработки рабочей программы	-Образовательная программа дошкольного образования ДОУ
Срок реализации рабочей программы	2021-2022 учебный год (Сентябрь 2021 -август 2022 года)
Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы	Дети правильно выполняют все виды основных движений; различные виды прыжков; перестраиваются; выполняют упражнения в различных исходных положениях; следят за правильной осанкой; участвуют в играх с элементами спорта.

2. Содержательный раздел рабочей программы

Содержание образовательной работы с детьми

Месяц (или квартал)		Темы \направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы (занятия, проекты и др.)
IX-2021г	Социально-коммуникативное развитие		Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной	

			двигательной деятельности, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам	
	Физическое развитие		Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, с соблюдением дистанции; развивать точность при перебрасывании мяча; упражнения на перебрасывание мяча через сетку	занятия
X-2021г.			Стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение, общий результат.	
	Познавательное развитие		Участвуют в играх с элементами спорта	
	Физическое развитие		Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, сменой темпа движения, развивать координацию движений, разучить прыжок из глубокого приседания.	занятия
XI-2021г.	Социально-коммуникативное развитие		Проявляют элементы творчества, активно используют двигательный опыт и навыки здорового	

			образа жизни в новых обстоятельствах	
	Физическое развитие		Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу с преодолением препятствий, «змейкой», прыжки через короткую скакалку, переход по диагонали на другой пролет по гимнастической стенке, прокатывание обручей, ползание с мешочком на спине.	занятия
XII-2021г.	Социально-коммуникативное развитие		Достигают успеха в установлении вербальных и невербальных контактов со взрослыми и детьми в различных видах деятельности	
	Физическое развитие		Закреплять навыки ходьбы с выполнением задания по сигналу, бег с преодолением препятствий, парами, перестроение из 1 колонны в две, три; прыжки с подпрыгиванием на правой и левой ногах, следить за осанкой	занятия
I -2022 г.	Социально-коммуникативное развитие		Самостоятельно действуют в повседневной жизни, используют специальные физические упражнения для укрепления своих	

			органов и систем	
	Физическое развитие		Прыжки на мягкое покрытие, прыжки через короткую скакалку, закреплять навыки ходьбы с выполнением задания по сигналу.	занятия
II-2022г.	Социально-коммуникативное развитие		Проявляют самостоятельность в выполнении правил и норм поведения, любят активный отдых.	
	Физическое развитие		Упражнять в энергичном отталкивании при прыжках, бег в умеренном темпе, перестроение в 2,3 колонны, развивать ловкость и глазомер	занятия
III-2022г.	Социально-коммуникативное развитие		Считаются с интересами и мнением других в игре, используют в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры.	
	Физическое развитие		Закреплять навыки ходьбы и бега, перестроение в 3-4 колонны, разучить вращение обручей, ориентироваться в пространстве.	занятия
IV-2022 г.	Социально-коммуникативное развитие		Имеют представления о значении двигательной активности в жизни человека	

	Физическое развитие		Учить ходьбе по кругу во встречном направлении, ведение мяча, совершенствовать различные виды прыжков.	занятия
V-2022 г.	Социально-коммуникативное развитие		Активно участвуют в различных видах деятельности, следят за правильной осанкой, интересуются физической культурой	
	Физическое развитие		Разучить бег на скорость, бег со средней скоростью до 100 м; повторить прыжки через скакалку, ведение мяча	занятия
лето-2022 г.	Социально-коммуникативное развитие		Согласуют ритм движений с музыкальным сопровождением, имеют представления о пользе пребывания на свежем воздухе, развивают физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.	
	Физическое развитие		Продолжать развивать умения и навыки детей, совершенствовать ОВД	занятия

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

Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями)
воспитанников

Месяц	Темы	Формы работы	Дополнительная информация
IX-2021г.	Организации двигательной активности детей дома	Беседа, анкетирование.	Предложить родителям ознакомить детей с маршрутом от дома до детского сада. Обратить внимание на встречающиеся препятствия. Упражнять детей в самостоятельном прохождении этого маршрута под контролем (ребенок ведет взрослых)
X-2021 г.	«Здоровый образ жизни»	Встреча по	Предложить

	дошкольника- залог его успешного обучения в школе»	заявкам с участием учителя-логопеда. Круглый стол.	родителям поговорить с детьми о положении различных частей тела при ходьбе, стоянии, сидении и влиянии осанки на состояние грудной клетки, работоспособности сердца и легких
XI-2021 г.	День Матери	Спортивный досуг «А, ну-ка, мамочки».	
XII-2021г.	«Развитие функции равновесия- как основа предупреждения травматизма»	Консультация	
I-2022г.	Организации двигательной активности детей в выходные дни	Мастер-класс: физкультурный уголок дома(нетрадиционные пособия), анкетирование	
II-2022г.	« Тяжело в учении – легко в бою».	Спортивный праздник с папами, посвященный дню Защитника Отечества	
III-2022г.	«Будущий первоклассник»	Круглый стол. Родители, воспитатели, учитель- логопед, медицинская сестра	Предложить родителям понаблюдать за поведением дома, расспросить детей о правильной позе при сидении за столом, привлечь детей к оценке своей позы во время рисования, рассматривания картинок
IV-2022г.	Спортивный праздник «Малые олимпийские игры в детском саду».	Совместное мероприятие с детьми старшей группы	
V-2022г.	« Чемпионы среди нас! » о	Оздоровительная	

	пользе воздействия на стопу различных грунтов.	акция. Консультация. Неделя здоровья	
Летний период 2022г.	Использование воздушных и солнечных ванн для укрепления здоровья. подвижные игры летом. Подготовка к школе	Консультация «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»	

3. Организационный раздел рабочей программы. 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)

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		Подбор картотеки спортивных настольно-печатных игр	сентябрь
		Подбор картотеки игр с мелкими предметами, для развития мелкой моторики	октябрь
		Подбор комплекса гимнастики для слуха	ноябрь
		Изготовление нетрадиционных пособий для уголка дома	декабрь

		Изготовление инвентаря к занятию «Тяжело в учение - легко в бою».	январь
		Подбор картотеки малоподвижных игр.	февраль
		Подбор картотеки игр к занятию « Малые олимпийские игры в детском саду».	март
		Подбор картотеки викторины «Что мы знаем о себе»	апрель
		Подбор упражнений дыхательной гимнастики	май
		Изготовление поделок для игр водой	лето

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

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

	<p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7лет. 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»</p>
--	--

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1

Учебный план непрерывной образовательной деятельности на 2021-2022 учебный год

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки обучающихся в ДОУ (непрерывная образовательная деятельность- далее- НОД)
(Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 №32 "Об утверждении СП 2.4.3648-20 СанПиН 1.2.3685-21)

Возраст детей, группа	Продолжительность одной формы НОД	Максимально допустимый объем образовательной нагрузки (в день) в первую половину дня	Максимально допустимый объем образовательной нагрузки (в день) во вторую половину дня	Перерывы между формами НОД, занятиями
Старший дошкольный возраст от 6 до 7 лет)	30 мин	30 мин	30 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 в неделю	Общая образовательная нагрузка в неделю
Количество НОД, занятий в неделю	3	90 мин.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 2
 Расписание непрерывной образовательной деятельности
 на 2021-2022 учебный год

Понедельник	Вторник	Среда физкультурный досуг 1 раз в месяц	Четверг	Пятница
9.00-9.15-5мл 9.40-10.00-9ср 10.10-10.35-8стар 10.45-11.15-7 под	9.00-9.15-4мл 9.40-10.00-10ср 10.10-10.35-6стар 10.45-11.15-11под	1-я неделя 9.00-5мл 9.40-4мл 2-я неделя 9.00-9ср 9.40-10ср 3-я неделя 9.00-8стар 9.40- 6стар 4-я неделя 9.00-7под 9.40-11под	9.00-9.15-5мл 9.40-10.00-9ср 10.10-10.35-8стар 10.45-11.15-7 под	9.00-9.15-4мл 9.40-10.00-10ср 10.10-10.35-6стар 10.45-11.15-11 под
Физкультура на улице				
11.20-11.35-4мл 11.45-12.10-6стар	11.50-12.20-7под	11.20-11.40-9ср	11.20-11.40-10ср 11.30-12.00-11под	11.20-11.35-5мл 11.45-12.10-8стар