

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №68
Кировского района Санкт-Петербурга
Протокол № 5 от 27 августа 2019 года

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующим ГБДОУ детский сад №68
Кировского района Санкт-Петербурга
Приказ № 128 от 27 августа 2019 года
М.П. _____ /Тычкова Т.Н./

Рабочая программа
Инструктора по физической культуре Малиной
Татьяны Владимировны
(Ф.И.О.)

Группа: старшая

Государственного бюджетного дошкольного образовательного
учреждения
№ 68 Кировского района Санкт-Петербурга

**Санкт-Петербург,
2019 год**

1.Целевой раздел рабочей программы

1.1. Пояснительная записка

Цель	- Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
Задачи	<ul style="list-style-type: none">- 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, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.- Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	<ul style="list-style-type: none">- обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей;- организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей;- обеспечение личносно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников. <p>Принципы физического воспитания, в соответствии с которыми складываются закономерности, правила и требования, предъявляемые к инструктору по физической культуре, определяют его деятельность по всесторонней физической подготовке ребенка к</p>

будущей жизни, раскрытию у него жизненно важных сил, гармоническому развитию. В физическом воспитании наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и т.д.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания.

Общепедагогические принципы:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;

- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и, как показывает опыт, может быть успешно реализована в массовой практике дошкольного образования);

- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);

- 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;

- строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

- предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно

	<p>образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;</p> <ul style="list-style-type: none">- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. <p>Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра.</p> <ul style="list-style-type: none">- допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;- строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой, связь физической культуры с жизнью;- Принцип систематичности и последовательности- Принцип наглядности и доступности- Принцип индивидуализации- Принцип оздоровительной направленности <p>В дошкольных учреждениях используются разнообразные способы обучения:</p> <ul style="list-style-type: none">- фронтальный - направленный на одновременное осознанное выполнение двигательных действий всеми участвующими в этом процессе детьми;- групповой - обеспечивает возможность самостоятельного упражнения в знакомых движениях небольшой группе детей или позволяет педагогу, подобрав дифференцированные задания для небольших групп детей, обучать другую группу двигательному действию;- индивидуальный - позволяет каждому ребенку самостоятельно и успешно выполнять данное ему воспитателем задание. <p>Использование разнообразных способов обучения обеспечивает принцип единства оптимального сочетания фронтальных, групповых и индивидуальных способов обучения, что способствует эффективному решению воспитательно-образовательных и оздоровительных задач в работе с детьми. Все принципы физического воспитания осуществляются в единстве. Они реализуют оздоровительную направленность физического</p>
--	---

	воспитания и обеспечивают связь физической культуры с жизнью, осуществляют подготовку ребенка к обучению в школе, формируют любовь к занятиям физическими упражнениями, спортом.
Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей 5-6 лет	На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требования к их качеству. Больше внимания уделяется развитию физических и морально-волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность); дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливыми и внимательными друг к другу).
Основания разработки рабочей программы	- Образовательная программа дошкольного образования (адаптированная образовательная программа дошкольного образования) ДОУ
Срок реализации рабочей программы	2019-2020 учебный год (Сентябрь 2019- июнь 2020 года)
<u>Целевые ориентиры</u> освоения воспитанниками группы образовательной программы	К 6 годам дети проявляют интерес к физическим упражнениям. Дети правильно выполняют физические упражнения, проявляют самоконтроль и самооценку. Могут самостоятельно придумать и выполнить несложные физические упражнения.

Содержание образовательной работы с детьми старшей группы

Месяц (или квартал)	Темы/ направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы (занятия, проекты и др.)
IX-2019г	1 неделя	Формировать правильные двигательные умения и навыки выполнения отдельных двигательных действий, развивать умение быстро переходить от выполнения одних упражнений к другим. Упражнять в подпрыгиваниях на месте на двух ногах вверх, в умении энергично отталкиваться от пола, подпрыгивать как можно выше. Закреплять умение подниматься и спускаться по наклонной доске, бросание мяча о землю и ловле его.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Развивать у детей функцию равновесия при ходьбе. Закреплять умение прыгать на двух ногах, упражнять в метании мешочков. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье. Воспитывать у детей желание активно выполнять физические упражнения в естественных условиях.	3.Игровая
	2 неделя	Формировать привычку к здоровому образу жизни, обучать сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; повторить прыжки на двух нога с продвижением вперед; укреплять мышцы голеностопного сустава. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, подбрасывать большой мяч вверх; закреплять умение бросать и ловить мяч не прижимая к груди.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Создать у детей эмоционально-бодрое настроение, доставить детям много радости от активного движения. Приобщать детей к здоровому образу жизни. Способствовать закреплению уже полученных	3.Игровая

		двигательных умений и навыков. Воспитывать настойчивость при достижении конечного результата, стремление к качественному выполнению движений.	
	3 неделя	Формировать правильную осанку; закрепить ходьбу с перешагиванием через кубы, бег в колонне по одному, врассыпную. Упражнять в прыжках через скакалку, в подбрасывании мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе; катании обруча по прямой.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Развивать мелкую моторику в ходе пальчиковых игр. Учить соблюдать правила в играх и эстафетах. Совершенствовать двигательные умения и навыки. Формировать представление о здоровье, его ценности, полезных привычках, о мерах профилактики и охраны здоровья. Упражнять в спрыгивании со скамейке, бросании мяча о стенку и ловле его двумя руками после отскока от земли; упражнять в прыжках на двух ногах.	3.Игровая
	4 неделя	Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании; упражнять в ходьбе и беге, ходьбе по гимнастической палке, в лазании по гимнастической лестнице; перебрасывании предметов через препятствия; повторить прыжки с продвижением вперед	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Развивать у детей физические качества: общую выносливость, координацию движений. Гибкость. Содействовать гармоничному развитию детей, обогащать двигательный опыт; добиваться осознанного выполнения всех видов упражнений.	3.Игровая
X-2019г.	1неделя	Формировать у детей правильную осанку во время ходьбы. Бега, упражнений и игры. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Совершенствовать умение ловить мяч двумя руками. Закрепит умение ползать по гимнастической скамейке подтягиванием руками.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Развивать умение выполнять парные и коллективные действия,	3.Игровая

	закреплять навыки игры. Обучать элементам спортивных игр(элементы футбола и баскетбола). Совершенствовать умение метать мешочки с песком в горизонтальную цель. Воспитывать внимание, быстроту реакции, ловкость, развивать правильную осанку.	
2 неделя	Обучать поворотам по сигналу во время ходьбы в колонне по одному. Упражнять в подлезании под дуги, , в прокатывании обруча в парах и прокатывании набивных мячей между предметами. Совершенствовать двигательные навыки и координацию движений в пространстве. Повторить прыжки через скакалку. Создать благоприятную обстановку на занятии.	1.Традиционная 2.Тренировочная
	Развивать внимание, быстроту реакции, ловкость, силу, чувство ритма. Упражнять в беге с перешагиванием через бруски; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу, ведение мяча(элементы баскетбола). Воспитывать у детей желание активно выполнять физические упражнения.	3.Игровая
3 неделя	Формировать правильные двигательные умения и навыки выполнения как отдельных двигательных действий, так и в сочетании, развивать умение быстро переходить от выполнения одних движений к другим. Упражнять в подлезании под дугу с охранением устойчивого равновесия, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Развивать координацию движений, равновесие и глазомер при метании в цель.	1.Традиционная 2.Тренировочная
	Обучать игре в бадминтон. Упражнять в передаче мяча ногами друг другу (элементы футбола).; повторить игровое упражнение с прыжками. Воспитывать у детей желание активно выполнять физические упражнения в естественных условиях.	3.Игровая
4неделя	Создать эмоционально-бодрое настроение, доставить детям много радости от активного движения. Упражнять в пролезании в обруч боком,	1.Традиционная 2.Тренировочная

		в равновесии и прыжках. Закреплять ответственное отношение: к своему здоровью и здоровью окружающих, технике выполнения упражнений на спортивных снарядах.	
		Совершенствовать координацию движений, активизировать двигательную активность детей в естественных условиях. Упражнять в быстром беге. Содействовать развитию общей выносливости, ловкости, быстроты. Способствовать закреплению уже полученных двигательных умений и навыков.	3.Игровая
XI-2019г.	1 неделя	Содействовать гармоничному физическому развитию детей. Обучать переключению мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке, Упражнять: в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, в перебрасывании мяча в шеренгах.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта, использовать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнения. Отрабатывать навыки ходьбы с высоким подниманием колена, бег враспынную. Повторить игровые упражнения с мячом, упражнять в равновесии и прыжках.	3.Игровая
	2 неделя	Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта детей и уверенному выполнению основных элементов техники движений, Обучать прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед. Упражнять в ползании по скамейке на животе и ведении мяча между предметами.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Развивать ловкость и координацию движений в игровом упражнении с мячом. Упражнять в беге и равновесии. Закреплять подлезание под дугу и перебрасывание мяча в шеренге.	3.Игровая
3 неделя	Целенаправленно развивать быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации движений и силы. Упражнять в прыжках на правой и левой	1.Традиционная 2.Тренировочная	

		ноге попеременно с продвижением вперед, в пролезании в обруч и ведение мяча, в равновесии.	
		Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям, Повторить игровые упражнения с прыжками и перебрасыванием мяча в шеренгах.	3.Игровая
	4 неделя	Способствовать становлению у детей интереса к здоровьесберегающему поведению. Упражнять в ведении мяча между предметами и в лазанье. Повторить упражнения в прыжках и равновесии.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Развивать представления об особенностях здоровья и условиях его сохранения: режим, закаливание, физкультура. Повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и бегом.	3.Игровая
XII -2019 г.	1 неделя	Обучать прыжкам на двух ногах с преодолением препятствий, Упражнять в ходьбе по наклонной доске; бросках и ловле мяча. Повторить перебрасывание мяча друг другу. Развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу, координацию.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Способствовать развитию чувства равновесия, скоростно-силовых способностей, ловкости. Упражнять в метании на дальность, в прыжках на двух ногах. Развивать координацию движений.	3.Игровая
	2 неделя	Упражнять: в прыжках с высоты, бросках и ловле мяча. Повторить ползание по гимнастической скамейке, Развивать координацию движений при перебрасывании мяча. Воспитывать умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками во время игры.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Упражнять в устойчивом равновесии при скольжении по ледяной дорожке. Повторить игровые упражнения с бегом и бросанием снежков в цель. Повторить игру «Мороз Красный нос».	3.Игровая
	3 неделя	Закреплять умение ловить мяч. Упражнять в сохранение устойчивого равновесия Повторить ползание по гимнастической скамейке. Развивать	1.Традиционная 2.Тренировочная

		умение анализировать и оценивать свои движения и движения сверстников.	
		Совершенствовать навыки торможения обеими ногами, правильной посадки на санках. Закреплять умение катать друг друга на санках. Повторить игровые упражнения с прыжками и метанием.	3.Игровая
	4 неделя	Закреплять умение влезать на гимнастическую стенку разноименными способами. Упражнять в равновесии и прыжках. Развивать координацию движений при лазанье на гимнастическую стенку.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Закрепить у детей навык катания друг друга на санках до обозначенного ориентира. Упражнять в метании на дальность. Повторить игровые упражнения с бегом.	3.Игровая
I-2020г.	2 неделя	Упражнять в прыжках с ноги на ногу, в метании мяча и забрасывании мяча в кольцо. Развивать ловкость и глазомер. Формировать устойчивое равновесие.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Обучать детей навыкам передвижения на лыжах. Развивать координацию движений, выносливость. Воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры	3.Игровая
	3 неделя	Обучать прыжкам в длину с места. Упражнять в ползании на четвереньках, прокатывании мяча головой, бросках мяча вверх и ловле его. Воспитывать выдержку и смекалку.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Обучать детей спуску с полого склона с длиной ската 3-4 метра. Закреплять навык ступающего и скользящего шага. Побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности. Формировать умение играть в спортивные игры.	3.Игровая
	4 неделя	Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. В пролезании в обруч и лазанье на гимнастическую стенку. Повторить задание на равновесие. Содействовать гармоничному физическому развитию.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Закреплять навыки скользящего шага, спусков с невысокого склона,	3.Игровая

		умение переставлять лыжи лесенкой, перешагивая через параллельно лежащие на снегу палки. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.	
II-2020г.	1 неделя	Обучать бросанию мяча вверх и ловле его. Упражнять в сохранение устойчивого равновесия, в прыжках и забрасывании мяча в корзину. Формировать осознанную потребность в двигательной активности. Способствовать развитию глазомера, координации движения и ловкости. Учить дружно играть.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Закреплять навык ходьбы на лыжах скользящим шагом. Продолжать обучать спуску с невысокого склона в низкой фиксированной стойке и подъему «лесенкой». Повторить игровые упражнения, бросание снежков на дальность и в цель.	3.Игровая
	2 неделя	Упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю. Закреплять умение прыгать в длину с места и навык лазанья на гимнастическую стенку. Содействовать гармоничному физическому развитию. Развивать быстроту, силу, координацию движений.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Продолжать учить детей передвижению скользящим шагом; следить чтобы дети сгибали ноги в коленях при скольжении. Повторить игровые упражнения на санках.	3.Игровая
	3неделя	Обучать метанию в вертикальную цель. Упражнять в бросании мяча в корзину и перебрасывании малого мяча. Совершенствовать навыки бросания мяча вверх и ловле его. Добиваться осознанного, активного выполнения ОРУ, ОВД.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Закреплять навык скользящего шага, Продолжать обучать спуску с пологих склонов с длиной ската 6м. Повторить игровые упражнения на санках.	3.Игровая
4неделя	Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, в сохранение равновесия и в ведении мяча. Повторить задание с метанием мешочков в	1.Традиционная 2.Тренировочная	

		вертикальную цель. Воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать подвижные игры.	
		Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом, умения спускаться со склона и подниматься на него. Упражнять в движении боковым шагом. Повторить игровые упражнения на санках.	3.Игровая
III-2020 г.	1 неделя	Упражнять в лазанье по гимнастической стенке; в метании и прыжках. Повторить отбивание мяча об пол одной рукой. Формировать правильную осанку. Осуществлять профилактику плоскостопия.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Повторить игровые упражнения с мячом. Развивать ловкость и глазомер. Продолжить совершенствование двигательных навыков и умений. Воспитывать уважительное отношение к товарищам.	3.Игровая
	2 неделя	Продолжать формировать устойчивое равновесие; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в корзину. Развивать ловкость глазомер. Воспитывать внимательность и умение четко реагировать на команды.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом. Продолжить развивать культуры движений, а также формирование правильной осанки.	3.Игровая
	3 неделя	Обучать прыжкам в длину с места, Продолжать знакомить детей с расчетом на первый-второй. Упражнять в равновесии, в пролезании в обруч. Воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Развивать умение прыгать боком через предметы, ходить по гимнастической скамейке, Повторить упражнения в перебрасывании мяча друг другу. Воспитывать интерес и потребность в физических упражнениях.	3.Игровая
4 неделя	Повторить ходьбу с перестроением в пары и обратно. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу и в прыжках. Закреплять умение метать в горизонтальную цель и подлезать под дугу. Развивать глазомер,	1.Традиционная 2.Тренировочная	

		ориентировку в пространстве. Продолжить развивать культуры движений и формирование правильной осанки.	
		Повторить игровые упражнения в равновесии, с прыжками, с мячом и бегом. Укреплять мышцы стопы, формировать знания о цвете и разной фактуре в ходе игр. Воспитывать интерес и потребность в физических упражнениях.	3.Игровая
IV-2020 г.	1 неделя	Обучать прыжкам в высоту с места через веревочку. Продолжать развивать умение прыгать из обруча в обруч боком. Упражнять в запрыгивании и прыжках в глубину (спрыгивание). Развивать быстроту реакции в ходе подвижных игр.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Продолжить совершенствование двигательных умений и навыков. Формировать правильную осанку. Повторить упражнение в запрыгивании и прыжках. Развивать устойчивое равновесие, моторную память, внимательность.	3.Игровая
	2 неделя	Обучать прыжкам в длину с разбега. Упражнять в метании в вертикальную цель и отбивании мяча о землю. Совершенствовать умение участвовать в играх-эстафетах.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Повторить упражнения в метании и прыжках в длину с разбега. Продолжать развивать умение прыгать через скакалку на двух ногах с продвижением вперед	3.Игровая
	3 неделя	Упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них, в бросании мяча о землю и ловле двумя руками. Развивать быстроту реакции в ходе подвижных игр.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Закреплять исходное положение при метании мешочком в вертикальную цель. Повторить упражнения с обручем и мячом. Развивать быстроту реакции в ходе подвижных игр.	3.Игровая
4 неделя	Обучать прыжкам в высоту с места. Упражнять в запрыгивании на скамейку, Продолжать развивать умение ползать на животе по	1.Традиционная 2.Тренировочная	

		гимнастической скамейке. Продолжить формирование правильной осанки. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Совершенствовать умение Участвовать в играх-эстафетах.	
		Повторить игровые упражнения с мячом, с прыжками. Продолжать развивать умение катать обруч, а также быстроту, силу, выносливость, гибкость.	3.Игровая
V-2020 г.	1неделя	Упражнять в прыжках через скакалку, в перебрасывании мяча двумя руками и метании правой и левой рукой, Продолжить совершенствование двигательных умений и навыков. Развивать глазомер, прыгучесть, реакцию.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Способствовать приобретению практических навыков и теоретических знаний в футболе, развивая ловкость и глазомер. Формировать правильную осанку. Осуществлять профилактику плоскостопия, Воспитывать интерес к подвижным играм и спортивным играм.	3.Игровая
	2 неделя	Упражнять в метании правой и левой рукой, в ползании на животе по гимнастической скамейке и в забрасывании мяча в корзину (элемент баскетбола). Продолжить формирование правильной осанки. Развивать силу, быстроту, выносливость.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Повторить упражнение в метании мешочков в цель, в ползании на животе по гимнастической скамейке и прыжках. Развивать глазомер, прыгучесть, реакцию. Воспитывать умение контролировать свои эмоции в играх.	3.Игровая
	3 неделя	Упражнять в равновесии. В прыжках на двух ногах и лазанье по гимнастической стенке. Развивать ловкость, глазомер	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Повторить лазанье по гимнастической стенке и прыжки на двух ногах. Упражнять в равновесии и упражнениях с мячом. Развивать прыгучесть, силу мышцы рук, ориентировку в пространстве.	3.Игровая
4 неделя	Упражнять в прыжках на двух ногах, в равновесии и перебрасывании	1.Традиционная	

		мяча друг другу. Развивать скорость, ловкость. Воспитывать ответственность.	2.Тренировочная
		Повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. Развивать ловкость, прыгучесть. Воспитывать умение контролировать свои эмоции в играх.	3.Игровая
VI- 2020 г.	1 неделя	Упражнять детей в беге, развивая выносливость; в сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре; в метании мешочков в цель и прыжках через короткую скакалку.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Упражнять в беге между предметами; разучить игру «Бездомный заяц»; повторить игровые упражнения с мячом.	3.Игровая
	2 неделя	Упражнять детей в беге на скорость; повторить прыжки в высоту с разбега; отрабатывать навыки метания мешочков вдаль; упражнять в подлезании под шнур.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Развивать ориентировку в пространстве в игре с бегом; упражнять в сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре; повторить игровые упражнения с мячом.	3.Игровая
	3 неделя	Упражнять детей в беге колонной по одному с перестроением в пары; в лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом; в перебрасывании мяча.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Упражнять в непрерывном беге; повторить игровые упражнения с прыжками и мячом.	3.Игровая
	4 неделя	Повторить ходьбу с выполнением заданий в движении; лазанье по гимнастической стенке; упражнения в равновесии и прыжках.	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Упражнять детей в беге, развивая выносливость; повторить игровые упражнения в прыжках с мячом.	3.Игровая
VII- 2020 г.	1 неделя	Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения; разучить ходьбу и бег по наклонному бревну; повторить перебрасывание мячей и прыжки в высоту с разбега.	1.Традиционная 2.Тренировочная

		Разучить «челночный бег»; повторить игровые упражнения с прыжками, эстафету с мячом.	3.Игровая
	2 неделя	Повторить ходьбу и бег между предметами; закреплять умение прыгать в длину; повторить упражнения с мячом	1.Традиционная 2.Тренировочная
		Повторить «челночный бег»; игровые упражнения с бегом, с прыжками, эстафету с мячом.	3.Игровая

Описание форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

Выделяется 4 основных форм организации двигательной деятельности в режиме учебного дня, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

1. Традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер).
2. Тренировочная (повторение и закрепление определенного материала).
3. Игровая (подвижные игры, игры-эстафеты).
4. Сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок.

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 -Анализ продуктов детской деятельности	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-2019г.	«Спортивная форма»	Беседа	Инструктор ФК
X-2019 г.	«Угроза здоровью- чрезмерный вес ребенка»	Папка-передвижка	Инструктор ФК Медсестра
XI-2019 г.	«Вылечим простуду физкультурой»	Консультация	Инструктор ФК Медсестра
XII-2019 г.	«Кто со спортом дружит, никогда не тужит»	Беседа	Инструктор ФК Воспитатели
I-2020 г.	«Мы ловкие и смелые»	Открытое занятие для родителей	Инструктор ФК Воспитатели
II-2020г.	«Мой папа - супермен»	Развлечение совместно с родителями	Инструктор ФК Воспитатели
III-2020 г.	«Моя мама занимается спортом»	Фотовыставка	Инструктор ФК Воспитатели
IV-2020г.	«Активный отдых для всей семьи»	Папка-передвижка	Инструктор ФК
V-2020 г.	«Подвижные игры на прогулке»	Консультация	Инструктор ФК
VI-2020 г.	«Мое спортивное лето»	Фотовыставка	Воспитатели Родители

3. Организационный раздел рабочей программы.

3.1 Система физкультурно-оздоровительной работы

Формы организации	Периодичность	Ответственные
1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режимных моментах		
Утренняя гимнастика	Ежедневно (5-6 мин)	Муз. Руководитель Воспитатели групп
Физкультминутки	Ежедневно во время НОД (до 2-3 мин.)	Воспитатели групп
Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно (25-30 мин.)	Воспитатели групп
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно (4-5 мин.)	Воспитатели групп
2. НОД по физической культуре		
Физкультурные занятия в зале	2 раза в неделю (25 мин.)	Инструктор ФК
Физкультурные занятия на свежем воздухе	1 раз в неделю (25 мин.)	Инструктор ФК
3. Спортивный досуг		
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно	Воспитатели групп
Спортивные праздники	1 раз в год (в летнее время)	Инструктор ФК Воспитатели групп
Физкультурный досуг и развлечения	1 раз в месяц	Инструктор ФК Воспитатели групп
4. Мониторинг		
Определение уровня физического развития, уровня физической подготовленности детей	2 раза в год (сентябрь-октябрь, апрель-май)	Инструктор ФК Воспитатели групп Медсестра
5. Профилактические мероприятия		
Профилактика гриппа и простудных заболеваний	В неблагоприятные сезонные периоды, в периоды возникновения инфекции	Врач Медсестра Воспитатели групп Инструктор ФК
Режим проветривания	Ежедневно по графику	
Утренние фильтры	Ежедневно	
Работа с родителями	По плану	
Физиотерапевтические процедуры – кварцевание	По назначению врача	
Фитонцидотерапия	По назначению врача	

3.3. Организация развивающей предметно-пространственной среды группы

Образовательная область	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды группы	
	Содержание	Срок (месяц)
Физическое развитие	<p>1. Принцип педагогической целесообразности, согласно которому в ДОУ предусмотрено необходимое и достаточное наполнение предметно-развивающей среды, а также обеспечена для каждого воспитанника возможность самовыражения с учетом их интересов, желаний, потребностей и способностей, что обеспечивает индивидуальную комфортность и эмоциональное благополучие каждого ребенка. Для этого в физкультурном зале имеются: модульные тоннели, лабиринты, мягкие модули, тренажеры, мячи, обручи.</p> <p>2. Принцип полифункциональности реализуется за счет обеспечения всех составляющих образовательного процесса и возможностью разнообразного использования различных составляющих предметно-развивающей среды.</p> <p>В ДОУ учитывается этот принцип путем приобретения специфичных материалов для девочек и мальчиков, например: мешочки для выполнения упражнений красного и синего цвета, гимнастические ленты, клюшки для хоккея.</p> <p>3. Принцип трансформируемости, обеспечивающий возможность гибкого построения и периодического изменения предметно-развивающей среды, позволяет вынести на I план ту или иную функцию пространства по ситуации. Нами было отмечено, что педагог в зависимости от целей и задач взаимодействия с детьми имеет возможность изменить пространство</p>	

	<p>зала, используя мягкие модули.</p> <p>4. Принцип вариативности, определяющей видам дошкольного образовательного учреждения. Этот принцип выполняется путем приоритетного осуществления деятельности по физическому развитию детей.</p> <p>5. Принцип информативности обеспечивается разнообразием тематического материала и оборудования и активизации воспитанников во взаимодействии с предметным окружением. Проводимая в системе работа по физическому направлению развивает у детей умение пользоваться физкультурным оборудованием, знать его предназначение. Все оборудование ДООУ отвечает гигиеническим, педагогическим и эстетическим требованиям, а также санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам. Подбор оборудования осуществляется с учетом ведущего вида деятельности детей дошкольного возраста основной формой работы с детьми является игра. При подборе оборудования и определения необходимого количества педагоги учитывают условия своего ДООУ, условия конкретной возрастной группы, условия конкретного помещения, в котором располагается группа детей: количество воспитанников в группах, площадь групповых и подсобных помещений.</p>	
--	---	--

<p>Образовательная область, направление образовательной деятельности</p>	<p>Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)</p>
<p>Физическое развитие</p>	<p>1.Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. – М.:</p>

	<p>Линка-Пресс,2000г.</p> <p>2. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ. Волгоград: Учитель. 2007г.</p> <p>3. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Старшая группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2016г.</p> <p>4. Пензулаева Л.И. Подвижные игры для детей дошкольного возраста (3-5). – М.: Владос, 2013г.</p> <p>5. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста 3-7 лет. – М.: Владос, 2015г.</p> <p>6. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. – М.: мозаика-Синтез, 2011г.</p> <p>7. Щебенко В.Н. Физкультурные праздники в детском саду. – М.: Просвещение, 2014г.</p>
--	---

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1

Расписание непрерывной образовательной деятельности
на 2018-2019 учебный год

День недели	Время проведения	Наименование вида НОД (занятия)	Ответственные исполнители (кто проводит-воспитатели, муз. руководитель, инструктор физкультуры, др. педагоги)
понедельник			
вторник			
среда			
четверг			
пятница			