

## **Аннотация к рабочей программе инструктора по физической культуре старшей группы №1 «Карпузики»**

Настоящая рабочая программа разработана на основе Основной образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детский сад №27 Приморского района Санкт-Петербурга и в соответствии с ФГОС ДО на основании «Положения о рабочей программе педагогов ГБДОУ детский сад №27 Приморского района Санкт-Петербурга». Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательного процесса для детей старшей группы и направлена на развитие личности ребенка, сохранение и укрепление здоровья детей.

Целью рабочей программы является приобретение детьми опыта в двигательной деятельности, направленной на развитие физических качеств, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Исходя из поставленной цели, формируются следующие 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, 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;
- развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования для детей с 5 до 6 (возраст детей исчисляется на 01.09 текущего учебного года) лет по образовательной области «Физическое развитие», обеспечивающих развитие воспитанников с учетом возрастных и индивидуальных особенностей. Программа включает три основных раздела: целевой, содержательный и организационный, в каждом из которых отражается обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Рабочая программа разрабатывается педагогами ежегодно на текущий учебный год (с учетом сроков функционирования образовательной организации в летний период).

Программа реализуется в течении всего времени пребывания детей в Образовательном учреждении. Программа может корректироваться в связи с изменением нормативно-правовой базы Образовательного учреждения, регламентирующей содержание дошкольного образования, предложениями педагогических работников по результатам работы в текущем учебном году, образовательных запросов родителей .

Срок реализации Программы – 1 год (2018-2019 учебный год).

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации.

Государственное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад №27 Приморского района Санкт-Петербурга

«ПРИНЯТО»

Педагогическим советом  
ГБДОУ детского сада №27 Приморского  
района Санкт-Петербурга  
Протокол № 6 от 14.06.2018

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий ГБДОУ детского сада №27  
Приморского района Санкт-Петербурга  
А.В. Лахова

Приказ № 122- о от 14.06.2018



**Рабочая программа**  
**инструктора по физической культуре**  
на 2018-2019 учебный год  
старшей группы №1 «Карапузики»  
возраст обучающихся 5-6 лет  
срок реализации программы 1 год

Составитель:

Борисова Т.В. инструктор по  
физической культуре первой  
квалификационной категории

Санкт-Петербург  
2018г

## **Целевой раздел**

1.1	Пояснительная записка.....	3
1.1.1.	Нормативно правовые документы и программно – методические материалы на основании которых разрабатывается рабочая программа.....	3
1.1.2.	Цели и задачи рабочей программы.....	3
1.1.3.	Принципы и подходы к формированию программы.....	4
1.1.4.	Краткая психолого - педагогическая характеристика особенностей психофизического развития детей группы.....	5
1.1.5.	Срок реализации программы.....	5
1.2.	Планируемые результаты освоения программы.....	6

## **2. Содержательный раздел.**

2.2.1.	Комплексно-тематическое планирование.....	6
2.2.2.	Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования .....	13
2.2.3	Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.....	14

## **3. Организационный раздел.**

3.3.1	Структура реализации образовательной деятельности.....	15
3.3.2.	Календарный учебный график.....	15
3.3.3.	Календарно – тематический план.....	16
3.3.5.	График досуговой деятельности.....	21
3.3.6.	Методическое обеспечение образовательного процесса.....	22
3.3.7.	Создание развивающей предметно пространственной среды.....	23

## 1.1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В концепции дошкольного воспитания решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, отводится ведущее место. Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач развития страны. Эта задача регламентируется и обеспечивается такими нормативно- правовыми документами как: Закон РФ «Об образовании» (ст.51), «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной и социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации» и другие. Одним из важнейших средств воспитания здорового ребенка с самого раннего возраста, несомненно, является физическая культура. Правильная организация занятий по физической культуре способствует гармоничному развитию жизненно необходимых физических качеств детей: ловкости, гибкости, быстроты, силы, выносливости, а также выработке гигиенических навыков. Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования для детей с 5 до 6 лет (возраст детей исчисляется на 1 сентября учебного года)

### 1.1.1. Нормативно-правовое обеспечение программы

- Основная Образовательная программа дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 27 Приморского района Санкт-Петербурга
- Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ Мин. Обр. Науки РФ от 17.10.2013 № 1155);
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26).
- Должностные инструкции инструктора по физической культуре

### 1.1.2. Цели задачи программы

**Цель программы:** Реализация содержания образовательной программы дошкольного образования в области «Физическая культура» Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №27 Приморского района Санкт-Петербурга, разработанной в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования.

#### Задачи

1. Охрана и укрепление здоровья детей
2. Формирование у детей жизненно необходимых двигательных навыков в соответствии с индивидуальными особенностями
3. развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
4. накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
5. формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

6. сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
7. воспитание культурно - гигиенических навыков;
8. формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

### **1.1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы**

- Принцип *систематичности* - занятия физической культурой должны проводиться регулярно, в определенной системе, потому что регулярные занятия физической культурой дают больший оздоровительный эффект, чем эпизодические;
- Принцип *доступности* - физическая нагрузка на занятиях должна быть доступна детям дошкольного возраста и соответствовать уровням подготовленности;
- Принцип *активности* – так как основной формой деятельности дошкольников является игра, необходимо применять как можно больше игр и игровых упражнений, благодаря использованию которых, процессе обучения стал разнообразными и интересным для детей;
- Принцип *наглядности* - для успешного прохождения процесса обучения, объяснение должно сопровождаться показом упражнений, а также на занятиях по физической культуре необходимо использовать наглядные пособия(рисунки, плакаты игрушки и т.д.); показ с объяснением.
- Принцип *последовательности и постепенности* - во время обучения детей физической культуре простые и легкие упражнения должны предшествовать более сложным и трудным упражнениям, поэтому приступать к ним нужно только после хорошего освоения, правильного и уверенного выполнения предыдущих упражнений.

#### **Принципы физического воспитания**

В физическом воспитании наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и т.д.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- всестороннее и гармоничное развитие личности;
- связь физической культуры с жизнью;
- оздоровительная направленность физического воспитания;
- непрерывность и систематичность чередования нагрузок и отдыха;
- постепенность наращивания развивающих, тренирующих воздействий;
- цикличное построение занятий;
- возрастная адекватность направлений физического воспитания.

### **1.1.4. Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей старшего дошкольного возраста (5- 6 лет)**

Продолжается рост тела, возрастает координация движений, их точность. Характер движений - импульсивный. Хорошо координирована походка, исчезли лишние движения. Действия их уже подконтрольны сознанию и могут регулировать силу и частоту упражнений и движений. Хорошо понимают команду, Сохраняют исходное положение. Они уже хорошо ориентируются в пространстве.

В развитии мышц выделяют несколько «узловых» периодов. Один из них – возраст шесть лет, когда у детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кисти рук. На шестом году жизни заметно улучшается устойчивость равновесия. При этом девочки имеют некоторые преимущества перед мальчиками. Резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательных систем заметно расширяются, особенно при проведении занятий на открытом воздухе и применении беговых и прыжковых упражнений. Контроль и оценка, как собственных движений, так и движений других детей позволяют ребёнку понять связь между способом выполнения движения и полученным результатом, а также научиться постепенно планировать свои практические и игровые действия. Словесные указания воспринимают точно, хорошо воспринимают музыкальное сопровождение.

### **1.1.5.Сроки реализации программы**

Программа рассчитана на 1 год. 2018-2019учебный го

(Сентябрь 2018 - август 2019года)

### **1.1.6.Планируемый результат)**

1. Имеет начальные представления о составляющих здорового образа жизни, факторах, разрушающих здоровье
2. Знает о значении ежедневных физических упражнений, соблюдении режима дня
3. Выполняет ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку и темп
4. Умеет лазать по гимнастической стенке до 2,5 м с изменением темпа
5. Может прыгать на мягкое покрытие в обозначенное место, в длину с места (не < 80 см), с разбега (не < 100 см), в высоту с разбега (не < 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку
6. Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие

7. Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться в колонне, шеренге, выполнять повороты направо, налево, кругом
8. Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км, ухаживает за лыжами
9. Умеет кататься на самокате
10. Умеет произвольно плавать
11. Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

## 2.Содержательный раздел

### 2.1. Содержание образовательной работы с детьми старшего дошкольного возраста (5 - 6 лет)

#### 2.2.2.Комплексно тематический план организации образовательного процесса старшей группы №1 «Карпузики» на 2018-2019 учебный год

Образовательная область	Содержание работы НОД	Развивающая среда
Физическое развитие Сентябрь	1 -2 занятие Задачи учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, энергичному отталкиванию от пола двумя ногами, взмаху рук в прыжке с дотягиванием до предмета, подбрасыванию мяча вверх, ходьбе с изменением темпа, пролезанию через обруч;; (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 1)	
	3-4 занятие учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, энергичному отталкиванию от пола двумя ногами, взмаху рук в прыжке с дотягиванием до предмета, подбрасыванию мяча вверх, ходьбе с изменением темпа, пролезанию через обруч; (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 1)	Изготовление шапочек масок к играм с животной тематикой
	5-6 занятие Задачи ; упражнять в ходьбе и беге враспынную, в подбрасывании и ловле мяча, в перебрасывании мяча друг другу, в ходьбе с высоким подниманием коленей, в непрерывном беге, в прыжках с продвижением вперед(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 1)	

	7-8 занятие Задачи; упражнять в ходьбе и беге врассыпную, в подбрасывании и ловле мяча, в перебрасывании мяча друг другу, в ходьбе с высоким подниманием коленей, в непрерывном беге, в прыжках с продвижением вперед(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 1)	
Физическое развитие Октябрь	1 -2 занятие Задачи: : учить ходьбе строевым шагом, повороту во время ходьбы по сигналу, перестроению в три колонны, остановке по команде; упражнять в беге до 1 минуты, в перешагивании через шнуры, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 2)	
	3-4 занятие Задачи: : учить ходьбе строевым шагом, повороту во время ходьбы по сигналу, перестроению в три колонны, остановке по команде; упражнять в беге до 1 минуты, в перешагивании через шнуры, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 2)	Знакомство с диском здоровья
	5-6 Задачи: , метании мяча в цель, в равновесии и прыжках; повторить пролезание в обруч боком, перебрасывание мяча друг другу, переползание через препятствие(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 2)	
	7-8 Задачи: , метании мяча в цель, в равновесии и прыжках; повторить пролезание в обруч боком, перебрасывание мяча друг другу, переползание через препятствие(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 2)	
Физическое развитие ноябрь	1 -2 занятие Задачи: учить перекладывать мяч (малый) из одной руки в другую при ходьбе по гимнастической скамейке, прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед; отработать навыки ходьбы с высоким подниманием коленей; бег врассыпную, перебрасывание мяча в шеренге(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 3)	
	3-4 занятие Задачи учить перекладывать мяч (малый) из одной руки в другую при ходьбе по гимнастической скамейке, прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед; отработать навыки ходьбы с высоким подниманием коленей; бег врассыпную, перебрасывание мяча в шеренге(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 3)	



	5-6 занятие Задачи ползание по скамейке на животе и ведение мяча между предметами, пролезание через обручи с мячом в руках, ходьба с остановкой по сигналу; развивать ловкость и устойчивое равновесие, координацию движений(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 3)	Составление картотеки считалок с подвижным играм
	7-8 занятие Задачи ползание по скамейке на животе и ведение мяча между предметами, пролезание через обручи с мячом в руках, ходьба с остановкой по сигналу; развивать ловкость и устойчивое равновесие, координацию движений(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 3)	
Физическое развитие  Декабрь	1 -2 занятие Задачи: учить ходьбе по наклонной доске, прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед, лазать по шведской стенке, спускаясь по канату; совершенствовать бег в колонне по одному с сохранение <sup>1</sup> дистанции, прыжки на 2 ногах с преодолением препятствий, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 4)	
	3-4 занятие Задачи учить ходьбе по наклонной доске, прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед, лазать по шведской стенке, спускаясь по канату; совершенствовать бег в колонне по одному с сохранение <sup>1</sup> дистанции, прыжки на 2 ногах с преодолением препятствий, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 4)	
	5-6 занятие Задачи ползание на четвереньках между кеглями, подбрасывание и ловлю мяча; развивать ловкость и глазомер, ползание по гимнастической скамье на животе; закреплять равновесие в прыжках, бег враспынную и по кругу(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 4)	
	7-8 занятие Задачи ползание на четвереньках между кеглями, подбрасывание и ловлю мяча; развивать ловкость и глазомер, ползание по гимнастической скамье на животе; закреплять равновесие в прыжках, бег враспынную и по кругу(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 4)	
Физическое развитие январь	1 -2 занятие Задачи учить лазать по гимнастической лестнице с переходом на соседний пролет, упражнять в ходьбе и беге между препятствиями, прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в кольцо, ползать на четвереньках, проталкивая мяч перед собой головой(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 5)	Знакомство с детскими тренажерами

	3-4 занятие Задачи: , в пролезании в обруч в равновесии, в ведении мяча в прямом направлении; повторить и закрепить ходьбу по наклонной доске, ходьбу с мешочком на голове, при этом следить за осанкой и устойчивым равновесием(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 5)	
	5-6 занятие Задачи , в пролезании в обруч в равновесии, в ведении мяча в прямом направлении; повторить и закрепить ходьбу по наклонной доске, ходьбу с мешочком на голове, при этом следить за осанкой и устойчивым равновесием(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 5)	
Физическое развитие февраль	1 -2 занятие Задачи : учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске, метанию мячей в цель, лазанию по гимнастической лестнице; закрепить навыки перепрыгивания через бруски, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 6)	Составление картотеки «Игры с движением»
	3-4 занятие Задачи : учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске, метанию мячей в цель, лазанию по гимнастической лестнице; закрепить навыки перепрыгивания через бруски, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 6)	
	5-6 занятие Задачи забрасывания мяча в корзину, энергичного отталкивания и приземления при прыжках в длину с места, подлезания под дугу и отбивания мяча о пол одной рукой, подлезания под палку и перешагивания через нее(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 6)	
	7-8 занятие Задачи забрасывания мяча в корзину, энергичного отталкивания и приземления при прыжках в длину с места, подлезания под дугу и отбивания мяча о пол одной рукой, подлезания под палку и перешагивания через нее(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 6)	
Физическое развитие март	1 -2 занятие Задачи : учить ходьбе по канату с мешочком на голове, прыжкам в высоту с разбега; упражнять в ходьбе в колонне по одному с поворотом по сигналу, в прыжках из обруча в обруч, перебрасывании мяча друг другу, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 7)	Знакомство с футболом и играми с ним.

	3-4 занятие Задачи : учить ходьбе по канату с мешочком на голове, прыжкам в высоту с разбега; упражнять в ходьбе в колонне по одному с поворотом по сигналу, в прыжках из обруча в обруч, перебрасывании мяча друг другу, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 7)	
	5-6 занятие Задачи в метании в цель, в ходьбе и беге между предметами с перестроением в пары и обратно; повторить ползание на четвереньках между предметами, по скамье на ладонях и ступнях, в подлезании под рейку, построение в три колонны(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 7)	
	7-8 занятие Задачи в метании в цель, в ходьбе и беге между предметами с перестроением в пары и обратно; повторить ползание на четвереньках между предметами, по скамье на ладонях и ступнях, в подлезании под рейку, построение в три колонны(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 7)	
Физическое развитие апрель	1 -2 занятие Задачи : разучить прыжки с короткой скакалкой, бег на скорость; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыжках на двух ногах, метании в цель, ходьбе и беге между предметами, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 8)	
	3-4 занятие Задачи : разучить прыжки с короткой скакалкой, бег на скорость; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыжках на двух ногах, метании в цель, ходьбе и беге между предметами, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 8)	
	5-6 занятие в прокатывании обручей, в равновесии и прыжках; закрепить метание в цель и на дальность, навыки лазания по гимнастической стенке, спуске по канату(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 8)	
	7-8 занятие Задачи в прокатывании обручей, в равновесии и прыжках; закрепить метание в цель и на дальность, навыки лазания по гимнастической стенке, спуске по канату (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 8)	
Физическое развитие май	1 -2 занятие Задачи: разучить прыжки в длину с разбега; упражнять в ходьбе и беге парами, метании в цель и на дальность, прыжках в длину и высоту с места и разбега, в перебрасывании мяча друг другу(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 9)	

	3-4 занятие Задачи разучить прыжки в длину с разбега; упражнять в ходьбе и беге парами, метании в цель и на дальность, прыжках в длину и высоту с места и разбега, в перебрасывании мяча друг другу(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 9)	
	5-6 занятие Задачи , лазании «по-медвежьи», бросании мяча о пол одной рукой - ловля двумя; закреплять лазание по скамейке на животе, подтягиваясь на руках, бросание мяча о стену(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 9)	
	7-8 занятие Задачи , лазании «по-медвежьи», бросании мяча о пол одной рукой - ловля двумя; закреплять лазание по скамейке на животе, подтягиваясь на руках, бросание мяча о стену(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, карточка 9)	

### 2.2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) по физическому развитию воспитанников

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"	наблюдение, диагностические задания ( Система мониторинга в дошкольных образовательных учреждениях. Л.Д.Калачева, Л.Н.Прохорова, раздел физическое	2 раза в год	1, 2, 3 неделя в зависимости от сложности диагностических заданий для данного возраста	Сентябрь, Май

	развитие)			
--	-----------	--	--	--

### План работы с родителями старшей группы №1 «Карпузики» на 2018-2019 учебный год

№	Содержание работы	Сроки
1.	Оформление постоянных информационных стендов и размещении информации на сайте учреждения	в течение года
2.	День благоустройства города (Субботник)	Октябрь, апрель
3.	День Богатыря	ноябрь
4.	День матери. Досуги в группах	ноябрь
5.	Оформление групп и помещений детского сада к Новгодним праздникам.	декабрь
6.	Спортивный праздник, посвящённый Дню защитников отечества.	февраль
7.	Дни открытых дверей.	март
8.	Анкетирование родителей «Где проведет лето ваш ребенок?»	
9.	Конкурс «Первые шаги к успеху»	апрель
10.	Досуг, посвящённый дню города.	май

### 3. Организационный раздел

#### 3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Образовательная деятельность в области «Физическая культура» в ГБДОУ № 27 Приморского района осуществляется в следующих формах (в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26)

Группа	Длительность	Количество образовательных занятий по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию

		<u>в неделю</u>	<u>В год</u>
Старшая группа	25 минут	2 раза в неделю в спортивном зале, 3 занятия на улице	153 занятия

1. Утренняя гимнастика
2. Непрерывная образовательная деятельность: 3 раза в неделю в спортивном зале.
3. Спортивные развлечения- 1 раз в месяц
4. Физкультминутки (для снятия напряжения во время занятий);
5. Ежедневные прогулки на воздухе (включая подвижные и спортивные игры на прогулке);
6. Бодрящая гимнастика после сна;
7. Самостоятельная двигательная деятельность детей;
8. Спортивные праздники для детей или совместно с родителями.

### **3..2. Календарный учебный график.**

#### 9. Продолжительность учебного года:

10. Начало учебного года 1 сентября 2018 г., окончание учебного года 31 августа 2019 г. продолжительность учебного года - 51 неделя. с 1 июня 2018 г. по 31 августа 2019 детский сад работает в соответствии с распорядительным актом отдела образования Администрации Приморского района Санкт -Петербурга. Содержание работы с детьми в летний период ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей. В летний период обеспечивается максимальное пребывание детей на воздухе. Утренний приём детей и утренняя гимнастика осуществляются на улице. Инструктор по физической культуре и музыкальный руководитель наряду с занятиями, организуют подвижные игры детей на свежем воздухе. Образовательная деятельность с детьми осуществляется преимущественно физкультурно-оздоровительной, художественно-эстетической, познавательной направленности с учётом интеграции социально - коммуникативного и речевого направления развития. Педагоги организуют на улице разнообразные

### Расписание (Распределение НОД по дням недели) старшей группы №1 «Карпузики» на 2018-2019 учебный год

День недели	НОД
вторник	10.00 – 10.25
Среда	10.50 – 11.15
пятница	10.00 – 10.25
Каждая первая среда месяца физкультурный досуг	16.00 -16.25

### 3.3.3. Календарно-тематическое планирование непрерывной непосредственно-образовательной деятельности (НОД) на 2018-2019 учебный год

№ п/п	Ориентировочная дата проведения	НОД	Фактическая дата проведения	Подпись
сентябрь				
1	04.09.2018	ознакомить с ходьбой и бегом в заданном направлении; развивать умение сохранять равновесие; ознакомить с прыжками на двух ногах на месте; закрепить ходьбу и бег в колонне по одному, прокатывание мяча друг другу, ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени		
	07.09.2018			
2	11.09.2018			
	14.09.2018			
3	18.09.2018			
	21.09.2018			
4	25.09.2018			
	28.09.2018			
октябрь				
5	02.10.2018	учить ходить и бегать по кругу, развивать устойчивое положение при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры; развивать		
	05.10.2018			

6	09.10.2018	умение приземляться на полусогнутые ноги; развивать навык энергичного отталкивания мячей при прокатывании друг другу			
	12.10.2018				
7	16.10.2018				
	19.10.2018				
8	23.10.2018				
	26.10.2018				
ноябрь					
9	02.11.2018	закрепить навыки ходьбы и бега в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу, в чередовании бега и ходьбы; упражнять: в прыжках из обруча в обруч, прокатывании, бросании и ловле мяча, в равновесии на уменьшенной площади опоры			
	09.11.2018				
10	13.11.2018				
	16.11.2018				
11	20.11.2018				
	23.11.2018				
12	27.11.2018				
	30.11.2018				
декабрь					
13	04.12.2018		учить ходить и бегать враспынную с использованием всей площади; по кругу; между предметами, не задевая их; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске; развивать навык приземления на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча; подлезании под дугу и шнур, не задевая их		
	07.12.2018				
14	11.12.2018				



	14.12.2018			
15	18.12.2018			
	21.12.2018			
16	25.12.2018			
	28.12.2018			
январь				
17	11.01.2019	ознакомить детей с построением и ходьбой парами; упражнять в ходьбе и беге врассыпную, учить мягко приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча вокруг предмета; в подлезании под дугу; развивать глазомер и ловкость; учить сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры, выполнять правила в подвижных играх		
	15.01.2019			
18	18.01.2019			
	22.01.2019			
19	25.01.2019			
	29.01.2019			
февраль				
20	01.02.2019	упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; учить приземляться мягко после прыжков; энергично отталкивать мяч при прокатывании его в прямом направлении; упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; учить перебрасывать мячи через шнур; закреплять навыки ходьбы через рейки лестницы		
	05.02.2019			
	08.02.2019			
21	12.02.2019			
	15.02.2019			
22	19.02.2019			

	22.02.2019			
23	26.02.2019			
март				
24	01.03.2019	учить прыжкам в длину с места, правильному хвату за рейки при лазании; упражнять в ходьбе парами, беге врассыпную; развивать ловкость при прокатывании мяча, в ходьбе и беге по кругу; разучить бросание мяча о землю и ловлю его двумя руками; упражнять в ползании по доске, в ходьбе через препятствия, в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамье.		
	05.03.2019			
25	12.03.2019			
	15.03.2019			
26	19.03.2019			
	22.03.2019			
27	26.03.2019			
апрель				
28	02.04.2019	учить приземляться на обе ноги; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; влезать на наклоненную лестницу; упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прыжках в длину с места; бросании мяча о пол; ходьбе и беге врассыпную; в колонне по одному; ходьбе и ползании по доске; формировать правильную осанку; закреплять умение перепрыгивать через шнур; ползание по скамейке; учить ходить		
	05.04.2019			
29	09.04.2019			
	12.04.2019			

30	16. 04.2019				
	19. 04.2019				
31	23. 04.2019				
	26. 04.2019				
май					
32	03.05.2019		учить мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места, подбрасывать мяч вверх и ловить его; упражнять в ходьбе и беге по кругу, в перепрыгивании через шнур, в ходьбе и беге враспынную и нахождении своего места в колонне, в ползании по скамейке с опорой на ладони и колени; закреплять умение влезать на наклоненную лестницу		
	07.05.2019				
	10.05.2019				
33	14.05.2019				
	17.05.2019				
34	21.05.2019				

### 3.3.4.График проведения досуговой деятельности в старшей группе №1 «Карпузики» в 2018-2019 учебном году.

Дата	Время	Название досуга
06.09.2018	15.50-16.10	Русские народные игры
04.10.2018	15.50-16.10	На арене цирка

01.11.2018	15.50-16.10	Мой веселый мяч
06.12.2018	15.50-16.10	Зимушка-зима
10.01.2019	15.50-16.10	Русская забава
07.02.2019	15.50-16.10	Угадаю-поиграю
07.03.2019	15.50-16.10	Весенняя капель
04.04.2019	15.50-16.10	Сильный, смелый, умелый
02.05.2019	15.50-16.10	Игровой калейдоскоп

### 3.3.5. Методическое обеспечение программы

1. Основная Образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ № 27 Приморского района
2. «Физкультурные занятия в детском саду» Вторая младшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009.- 80с.
3. «Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно- методический материал, разработки занятий и упражнений, спортивные игры»/ авт.-сост. О.М.Литвинова.- Волгоград: Учитель, 2007.- 238с.
4. «Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет»/ Г.А.Прохорова.- 3-е изд.- М.: Айрис-пресс, 2006.- 80с.
5. «Малыши, физкульт-привет!» Система работы по развитию основных движений детей раннего возраста.- М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2006.- 120с.
6. «Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей младшей логопедической группы» – СПб.: «ДЕТСВО-ПРЕСС», 2006.- 192.

7. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» от 15.05.2013 № 26.

8. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей» Н.С.Голицина, И.М.Шумова, М., 2008

**3.3.6. План личного участия инструктора по физической культуре в создании развивающей предметно-пространственной среды на 2018-2019 учебный год.**

Вид реализации	Содержание ППРС	Сроки
	Изготовление шапочек масок к играм с животной тематикой	В течении года
Картотека	Составление картотеки считалок с подвижным играм	Ноябрь
Картотека	Содержание НОД по физической культуре	В течении года
Картотека	Составление картотеки «Игры с движением»	февраль