

## **Аннотация к рабочей программе инструктора по физической культуре подготовительной группы №3 «Непоседы»**

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 6 до 8 лет (возраст детей исчисляется на 1 сентября учебного года. 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  
подготовительной группы №3 «Непоседы»  
возраст обучающихся 6-8 лет  
срок реализации программы 1 год

Составитель:

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

Санкт-Петербург  
2018г

<b>1. Целевой раздел</b>	
1.1 Пояснительная записка.....	4
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
1.1. Планируемые результаты освоения программы.....	6
<b>2. Содержательный раздел.</b>	
2.1. Комплексно-тематическое планирование.....	6
2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования .....	13
2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.....	14
<b>3. Организационный раздел.</b>	
3.1. Структура реализации образовательной деятельности.....	15
3.2. Календарный учебный график.....	15
3.3.Календарно – тематический план.....	16
3.4. График досуговой деятельности.....	23
3.5.Методическое обеспечение образовательного процесса.....	24
3.6.Создание развивающей предметно пространственной среды.....	22

## 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 6 до 8 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 (6- 7 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. Словесные указания воспринимают точно, хорошо воспринимают музыкальное сопровождение.

У детей этого возраста вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Нередко проявляются личные вкусы в выборе физических упражнений

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

Программа рассчитана на 1 год. 2018-2019учебный го

(Сентябрь 2018 - август 2019года)

#### **1.2. .Планируемый результат**

2. Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциях организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье)
3. Правильно выполняет все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье)
4. Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега не менее 180 см, в высоту с разбега - не менее 50 см, прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами
5. Может перебрасывать набивные мячи (до 1 кг), бросать предметы в цель из разных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 12 м, метать предметы в движущуюся цель

6. Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в 2 шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения
7. Выполняет физические упражнения из разных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следит за правильной осанкой
8. Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, умеет тормозить при спуске; плавает произвольно
9. на расстояние 15м
10. Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис)

## 2. Содержательный раздел

### 2.1. Содержание образовательной работы с детьми среднего дошкольного возраста (6 - 8 лет)

#### 2.1 Комплексно тематический план организации образовательного процесса подготовительной группы «Непоседы» на 2018-2019 учебный год

Образовательная область	Содержание работы НОД	Развивающая среда
Физическое развитие Сентябрь	1 -2 занятие Задачи: упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, с соблюдением дистанции, четким фиксированием повторов, по кругу, с остановкой по сигналу; закреплять навыки равновесия при ходьбе на повышенной опоре; развивать точность при переброске мяча, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 1)	
	3-4 занятие 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, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 1)	Изготовление шапочек масок к играм с животной тематикой
	5-6 ознакомить ; развивать координацию движений в прыжке, при перепрыгивании через предметы; повторить прыжки в длину с места и с разбега, метание на дальность и в цель, упражнения на перебрасывание мяча через сетку, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст,	

	2, карточка 1)	
	7-8 координацию движений в прыжке, при перепрыгивании через предметы; повторить прыжки в длину с места и с разбега, метание на дальность и в цель, упражнения на перебрасывание мяча через сетку, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 1)	
Физическое развитие Октябрь	1 -2 занятие Задачи: закрепить навыки ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, с высоким подниманием коленей, сменой темпа движения; упражнять в сохранении равновесия: в подскоках, , (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 2)	
	3-4 занятие Задачи: закрепить навыки ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, с высоким подниманием коленей, сменой темпа движения; упражнять в сохранении равновесия: в подскоках, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 2)	Знакомство с диском здоровья
	5-6 Задачи: ; упражнять в сохранении равновесия: бросании мяча, приземлении на полусогнутые ноги, в переползании на четвереньках с дополнительным заданием; развивать координацию движений; разучить прыжки вверх из глубокого приседания(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 2)	
	7-8 Задачи: ; упражнять в сохранении равновесия: бросании мяча, приземлении на полусогнутые ноги, в переползании на четвереньках с дополнительным заданием; развивать координацию движений; разучить прыжки вверх из глубокого приседания(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 2)	
Физическое развитие ноябрь	1 -2 занятие Задачи: закрепить навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, «змейкой», между предметами; разучить ходьбу по канату, положенному на пол, прыжки через короткую скамейку, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 3)	



	3-4 занятие Задачи закрепить навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, «змейкой», между предметами; разучить ходьбу по канату, положенному на пол, прыжки через короткую скамейку, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 3)	
	5-6 занятие Задачи , бросание мешочка в цель, переход по диагонали на другой пролет по гимнастической стенке; упражнять в энергичном отталкивании в прыжках, подползании под шнур, прокатывании обручей, ползании по скамейке с мешочком на спине(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 3)	Составление картотеки считалок с подвижным играм
	7-8 занятие Задачи , бросание мешочка в цель, переход по диагонали на другой пролет по гимнастической стенке; упражнять в энергичном отталкивании в прыжках, подползании под шнур, прокатывании обручей, ползании по скамейке с мешочком на спине(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 3)	
Физическое развитие Декабрь	1 -2 занятие Задачи: закреплять навыки ходьбы с выполнением задания по сигналу, бег с преодолением препятствий, парами, перестроение из одной колонны в две и три; развивать координацию движений при ходьбе по ограниченной площади опоры(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 4)	
	3-4 занятие Задачи закреплять навыки ходьбы с выполнением задания по сигналу, бег с преодолением препятствий, парами, перестроение из одной колонны в две и три; развивать координацию движений при ходьбе по ограниченной площади опоры(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 4)	
	5-6 занятие Задачи ; упражнять в прыжках, переменном подпрыгивании на правой и левой ногах, в лазании по гимнастической лестнице с переходом с пролета на пролет; следить за осанкой во время выполнения упражнений на равновесие(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 4)	

	7-8 занятие Задачи ; упражнять в прыжках, переменном подпрыгивании на правой и левой ногах, в лазании по гимнастической лестнице с переходом с пролета на пролет; следить за осанкой во время выполнения упражнений на равновесие(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 4)	
Физическое развитие январь	1 -2 занятие Задачи: ; разучить приставной шаг, прыжки на мягкое покрытие; закрепить перестроение в три колонны, переползание по скамье; развивать ловкость и координацию в упражнении с мячом, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 5)	Знакомство с детскими тренажерами
	3-4 занятие Задачи: навыки ходьбы в чередовании с бегом с выполнением заданий по сигналу, умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги; повторить упражнения на равновесие на гимнастической стенке, прыжки через короткую скакалку(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 5)	
	5-6 занятие Задачи навыки ходьбы в чередовании с бегом с выполнением заданий по сигналу, умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги; повторить упражнения на равновесие на гимнастической стенке, прыжки через короткую скакалку(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 5)	
Физическое развитие февраль	1 -2 занятие Задачи упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу, в прыжках, в бросании малого мяча, в ходьбе и беге с изменением направления, в ползании по гимнастической скамье, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 6)	Составление картотеки «Игры с движением»
	3-4 занятие Задачи упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу, в прыжках, в бросании малого мяча, в ходьбе и беге с изменением направления, в ползании по гимнастической скамье, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 6)	

	5-6 занятие Задачи ходьбе и беге между предметами, в пролезании между рейками, в перебросе мяча друг другу; закрепить равновесие, осанку в ходьбе по повышенной площади опоры, энергичное отталкивание при прыжках; развивать ловкость и глазомер при метании в цель(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 6)	
	7-8 занятие Задачи ходьбе и беге между предметами, в пролезании между рейками, в перебросе мяча друг другу; закрепить равновесие, осанку в ходьбе по повышенной площади опоры, энергичное отталкивание при прыжках; развивать ловкость и глазомер при метании в цель(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 6)	
Физическое развитие март	1 -2 занятие Задачи закрепить навыки ходьбы и бега в чередовании, перестроение в колонны по 3, 4, лазание по гимнастической стенке; упражнять в сохранении равновесия, в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги, в прыжках, в беге до 3 мин, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 7)	Знакомство с фитболом и играми с ним.
	3-4 занятие Задачи закрепить навыки ходьбы и бега в чередовании, перестроение в колонны по 3, 4, лазание по гимнастической стенке; упражнять в сохранении равновесия, в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги, в прыжках, в беге до 3 мин, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 7)	
	5-6 занятие Задачи. в ведении мяча ногой; развивать координацию в упражнениях с мячом, ориентировку в пространстве, глазомер и точность попадания в метании; разучить вращение обручей(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 7)	
	7-8 занятие Задачи в ведении мяча ногой; развивать координацию в упражнениях с мячом, ориентировку в пространстве, глазомер и точность попадания в метании; разучить вращение обручей(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 7)	
Физическое развитие апрель	1 -2 занятие Задачи учить ходьбе по ограниченной площади опоры, ходьбе по кругу во встречном направлении; закрепить ходьбу с изменением направления, бег с высоким подниманием бедра, навыки ведения мяча в прямом направлении, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 8)	

	3-4 занятие Задачи учить ходьбе по ограниченной площади опоры, ходьбе по кругу во встречном направлении; закрепить ходьбу с изменением направления, бег с высоким подниманием бедра, навыки ведения мяча в прямом направлении, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 8)	
	5-6 занятие Задачи лазание по гимнастической скамье, метание на дальность; повторить прыжки с продвижением вперед, равновесие; совершенствовать прыжки в длину с разбега, прыжки в высоту(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 8)	
	7-8 занятие Задачи лазание по гимнастической скамье, метание на дальность; повторить прыжки с продвижением вперед, равновесие; совершенствовать прыжки в длину с разбега, прыжки в высоту(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 8)	
	1 -2 занятие Задачи: разучить бег на скорость, бег со средней скоростью до 100 м; упражнять в прыжках в высоту с разбега, прыжках в длину, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 9)	
Физическое развитие май	3-4 занятие Задачи: разучить бег на скорость, бег со средней скоростью до 100 м; упражнять в прыжках в высоту с разбега, прыжках в длину, (картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 9)	
	5-6 занятие Задачи метания мяча в цель, мешочка на дальность; повторить прыжки через скакалку, ведение мяча(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 9)	
	7-8 занятие Задачи метания мяча в цель, мешочка на дальность; повторить прыжки через скакалку, ведение мяча(картотека «Содержания НОД по физической культуре, старший возраст, 2, карточка 9)	

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

<b>Объект педагогической диагностики (мониторинга)</b>	<b>Формы и методы педагогической диагностики</b>	<b>Периодичность проведения педагогической диагностики</b>	<b>Длительность проведения педагогической диагностики</b>	<b>Сроки проведения педагогической диагностики</b>
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 развитие)	2 раза в год	1, 2, 3 неделя в зависимости от сложности диагностических заданий для данного возраста	Сентябрь, Май

**План работы с родителями «Непоседы » группы  
на 2018-2019 учебный год**

<b>№</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Сроки</b>
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 Новогодним 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)

<i>Группа</i>	<i>Длительность</i>	<b>Количество образовательных занятий по физическому развитию</b> <i>в неделю</i>	<b>Количество образовательных занятий по физическому развитию</b> <i>В год</i>
Старшая группа	30 минут	2 раза в неделю в спортивном зале, 1 занятие на улице	153 занятий

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.

### 3.3.2. Календарный учебный график.

Продолжительность учебного года:

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) подготовительной группы «Непоседы» на 2018-2019 учебный год

День недели	НОД
Понедельник	11.50 – 12.20
Четверг	11.50 – 12.20
Пятница, на улице	11.10-11.40
Каждая четвертая среда месяца физкультурный досуг	15.30 -16.00

### 3.3.3. Календарно-тематическое планирование непрерывной непосредственно-образовательной деятельности (НОД)

#### подготовительной группы «Непоседы» на 2018-2019 учебный год

Календарно-тематическое планирование НОД образовательная область Физическое развитие.

№ 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 умение приземляться на полусогнутые ноги; развивать навык энергичного отталкивания мячей при прокатывании друг другу		
	05.10.2018			
6	09.10.2018			
	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 в рассыпную 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 враспынную, 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				
	29.03.2019				
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			
	24.05.2019			
35	28. 05.2019			
	31. 05.2019			

### 3.3.4.График проведения досуговой деятельности в подготовительной группы «Непоседы» в 2018-2019учебном году.

Дата	Время	Название досуга
27.09.2018	16.30 -17.00	Русские народные игры

25.10.2018	16.30 -17.00	На арене цирка
22.11.2018	16.30 -17.00	Мой веселый мяч
27.12.2018	16.30 -17.00	Зимушка-зима
31.01.2019	16.30 -17.00	Русская забава
28.02.2019	16.30 -17.00	Угадаю-поиграю
28.03.2019	16.30 -17.00	Весенняя капель
25.04.2019	16.30 -17.00	Сильный, смелый, умелый
30.05.2019	16.30 -17.00	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