

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
Протокол № 1 от 30.08.2022

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детский сад №58
Колпинского района Санкт-Петербурга

О.М. Базулько
Приказ №156-О от 31.08.2022

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
для средней группы
на 2022 - 2023 учебный год**

Разработчик программы: Корман Ж.Ю.

Содержание рабочей программы

Разделы	Содержание	Страница
I Целевой раздел	1.1. Пояснительная записка	3
	1.2. Цели и задачи	3
	1.3 Принципы и подходы к формированию рабочей программы	4
	1.4.Возрастные особенности детей группы	4
	1.5.Планируемые результаты освоения воспитанниками образовательной программы	4
II Содержательный раздел	2.1. Описание особенностей образовательной деятельности с детьми (перспективное комплексно – тематическое планирование работы в соответствии с образовательной программой Учреждения)	5 14
	2.2. Региональный компонент.	16
	2.3. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.	17
	2.4.Календарный план воспитательной работы	17
III Организационный раздел	3.1 Режимы пребывания детей в образовательном учреждении.	20
	3.2.Учебный план на 2022-2023г.	23
	3.3. Расписание НОД на 2022-2023учебный год..	24
	3.4. Традиции .	26
	3.5. Программно-методическое обеспечение образовательного процесса по образовательным областям.	26
	3.6. Организация развивающей предметно-пространственной среды физкультурного зала (в том числе материально-техническое обеспечение).	27
	3.7. Используемая литература	28
Приложения	1.Краткая презентация рабочей Программы (аннотация).	29

1.Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Образовательной программы дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №58 Колпинского района Санкт-Петербурга, с включением содержания Рабочей программы воспитания и календарного плана воспитательной работы, утвержденной заведующим ДОУ, приказом №156-О от 31.08.2022

Рабочая программа разработана на период 2022-2023 учебного года (с 01.09.2022 по 31.08.2023 года).

Программа рассчитана на детей в возрасте 4-5 лет. Основной формой работы является НОД по физическому развитию:

Многообразная деятельность детей, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, способствует физической реакции детей, расслаблению организма после умственной нагрузки, укреплению их здоровья полезными упражнениями и в плане всесторонней физической подготовки, и в плане активного отдыха детей. Эмоциональный фон, интересные действия в играх и упражнениях рождает положительные эмоции, бодрое, жизнерадостное настроение, создают определенный эмоциональный настрой у детей.

1.2. Цель и задачи реализации программы:

Цель	Обеспечение разностороннего физического развития детей посредством организации различных форм физического воспитания.
Задачи	<p><i>Задачи воспитания и развития детей 4-5 лет:</i></p> <ol style="list-style-type: none">1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей.2. Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта:<ul style="list-style-type: none">- умеренному и активному выполнению основных элементов техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений;- соблюдению и контролю правил в подвижных играх;- самостоятельному проведению подвижных игр и упражнений;- умению ориентироваться в пространстве;3. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей:<ul style="list-style-type: none">- добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений);- формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях;- учить детей анализировать (контролировать и оценивать) свои достижения и движения товарищей;- побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности;- воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры со сверстниками и малышами. <p>3. Развивать у детей физические качества: общую</p>

	<p>выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.</p> <p>4. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p> <p>3. Развивать у детей физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость – координацию движений.</p>
1.3. 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 личностно-ориентированного и деятельного подхода к физическому развитию воспитанников
1.4. Возрастные особенности детей	<p><i>Возрастные и индивидуальные особенности детей 4-5 лет:</i></p> <p>У четырехлетних детей возросли физические возможности: движения стали более уверенными, разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае ограничения активной двигательной деятельности они становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, насытить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями.</p>
1.5. Планируемые результаты Освоения воспитанниками образовательной программы	<p><i>В результате овладения программой дошкольник 4-5 лет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость. - уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве. - проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата. - осуществляет элементарный контроль за сверстниками: оценивает их достижения, замечает их ошибки, нарушения правил в играх. - переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность, способен внимательно воспринимать показ педагога и далее самостоятельно выполнять физические упражнения. - самостоятельная деятельность разнообразна, активно общаясь со сверстниками и инструктором, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила. - проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.

2.1. Описание особенностей образовательной деятельности с детьми (комплексно-тематическое планирование работы в соответствии с образовательной программой)

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития целевых ориентиров: владеет основными видами движений и выполняет команды «вперёд, назад, вверх, вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, рассыпную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем
Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3м, ширина – 15см). Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча). Ходьба и бег между двумя линиями (ширина – 10см). Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флажка 	<ol style="list-style-type: none"> Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях. Повтор подпрыгивания. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу 	<ol style="list-style-type: none"> Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами. Прыжки на двух ногах между кеглями 	<ol style="list-style-type: none"> Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах
П/ Игры	«Найди себе пару»	«Пробеги тихо»	«Огуречик, огуречик»	«Подарки»

ОКТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты развития целевых ориентиров: знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет движения игры «Мыши за котом»</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть. 2. Прыжки на двух ногах до предмета. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях. 3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой	1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками. 2. Подлезание под дуги. 3. Ходьба по доске (ширина – 15см) с перешагиванием через кубики. 4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенными в две линии	1. Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола. 2. Прокатывание мяча по дорожке. 3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики. 4. Игровое задание «Кто быстрее» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед, фронтально)
Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	«Совушка», «Огуречик»	«Мы – весёлые ребята», «Карусель»
Малоподвижные игры	«Мыши за котом». Ходьба в колонне за «котом» как «мыши», чередование с обычной ходьбой	«Угадай кто позвал»	«Найди и промолчи»	«Прогулка в лес». Ходьба в колонне по одному

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты развития целевых ориентиров: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками
Основные виды движений	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5м). 3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры. 4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 2м)	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4. Прыжки на двух ногах до кубика (3 м)	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски (взмах рук). 3. Ходьба по шнуру (по кругу). 4. Прыжки через бруски. 5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Игра «Переправься через болото». Подвижная игра «Ножки». Игровое задание «Сбей кеглю»
Подвижные игры	«Самолёты»,	«Цветные автомобили»	«Лиса в курятнике»	«Быстрой к своему флажку»
Малоподвижные игры	«Угадай по голосу»	«На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим с флажком в руках	«Найди, где спрятано»	«Найдём цыплёнка»,

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты развития целевых ориентиров : владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными враспынную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег враспынную с нахождением своего места в колонне			
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С кубиками	С султанчиками
Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки со скамейки (20см). 2. Прокатывание мячей между набивными мячами. 3. Прыжки со скамейки (25см). 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз). 2. Ходьба по скамейке, руки на поясе. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастич. скамейке (на середине сделать поворот кругом). 2. Перепрыг. через кубики на двух ногах. 3. Ходьба с перешагиван. через рейки лестницы высотой 25см от пола. 4. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу). 5. Спрыгивание с гимнастической скамейки
Подвижные игры	«Трамвай», «Карусели»	«Поезд»	«Птичка в гнезде», «Птенчики»	«Котята и щенята»

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты целевых ориентиров: дети умеют передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеют ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх</p>				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий			
ОРУ	С мячом	С веревкой	С обручем	Без предметов
Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4–5 раз), ловля двумя руками. 2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната поточно. 3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд. 4. Перебрасывание мячей друг другу (руки внизу) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Отбивание мяча о пол (10–12 раз) фронтально по подгруппам. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2–3 раза). 3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2–3 раза) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть. 4. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть. 2. Перешагивание через кубики. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см от пола). 4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки внизу)
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Самолёты»	«Цветные автомобили»	«Котята и щенята»
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Ходьба по ребристой доске (босиком)	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Путешествие по реке». Ходьба по «змейкой» по верёвке, по косичке	«Где спрятано?», «Кто назвал?»

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты целевых ориентиров : дети умеют соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеют проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры</p>				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег в рассыпную с остановкой, перестроение в звенья			
ОРУ	Без предметов	С мячом	С гантелями	Без предметов
Основные виды движений	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча между предметами. 3. Прыжки через короткие шнуры (6–8 шт.). 4. Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием)	1. Перебрасыв. мяча друг другу двумя руками из-за головы. 2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз). 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях. 4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в шахматном порядке	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках. 2. Ходьба с перешагиван. через набивные мячи, высоко поднимая колени. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см). 4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2м)	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек». 3. Игровое задание «Пробеги по мостику». 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«Воробышки и автомобиль»	«Перелёт птиц»	«Кролики в огороде»
Малоподвижные игры	«Считай до трёх». Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три»	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне по одному	«Ножки мёрзнут». Ходьба на месте, с продвижением вправо, влево	«Найди и промолчи»

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты развития целевых ориентиров: дети соблюдают правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперёд, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы»</p>				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, враспынную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три			
ОРУ	С обручем	С малым мячом	С флажками	С лентами
Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Перебрасывание мешочков через шнур. 3. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы (расстояние до шнура 2м) и ловля после отскока (парами). 4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1м). 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Прокатывание мячей между предметами. 4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку. 2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны. 3. Перешагивание через шнуры (6–8), положенные в одну линию. 4. Лазание по гимнастич. стенке с продвижен. вправо, спуск вниз. 5. Ходьба по гимнастич. скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе. 6. Прыжки на двух ногах через шнуры 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Перешагивание через набивные мячи. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч. 4. Прыжки на двух ногах через кубики
Подвижные игры	«Бездомный заяц»	«Подарки»	«Охотники и зайцы»	«Наседка и цыплята»
Малоподвижные игры	«Замри». Ходьба в колонне по одному	«Эхо»	«Найди зайца»	«Возьми флажок»

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты развития целевых ориентиров: соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; враспынную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; враспынную между предметами, не задевая их			
ОРУ	Без предметов	С мячом	С косичкой	Без предметов
Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз	1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками
Подвижные игры	«Совушка»	«Воробышки и автомобиль»	«Птички и кошки»	«Котята и щенята»
М/подв. игры	«Журавли летят»	«Стоп»	«Угадай по голосу»	«Весёлые лягушата»..

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты развития целевых ориентиров: дети владеют навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеет навыком самостоятельного счёта (до 5) прыжков через скамейку; через скакалку; планирует действия команды в игре «Удочка», соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»			
ОРУ	С кубиками	С обручем	С гимнастической палкой	Без предметов
Основные виды движений	1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте. 2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в шеренгах (2–3 м). 3. Метание правой и левой рукой на дальность	1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков. 3. Прыжки через скакалку. 4. Подвижная игра «Удочка»	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше. 2. Прыжки на двух ногах между предметами. 3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 3. Игровое задание «Один – двое». 4. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока
Подвижные игры	«Котята и щенята»	«Зайцы и волк»	«Подарки»	«У медведя во бору»
Малоподвижные игры	«Узнай по голосу»	«Колпачок и палочка»	«Ворота»	«Найти Мишу»

2.2. Региональный компонент.

Внедрение в образовательный процесс регионального компонента дает детям дошкольного возраста первоначальные представления основ региональной культуры на основе краеведения. Развивает у дошкольников интерес к малой родине г. Колпино, ее культурно-историческим и природным особенностям. Реализация регионального содержания образования осуществляется в четырех направлениях: природно-климатические особенности родного края, национально-культурные и исторические особенности края, ценностно-смысловая взаимосвязь поколений и символика края. Введение в образовательный процесс краеведческого материала, способствует привлечению детей к участию в жизни, праздниках города, народных праздниках. Условия реализации регионального компонента предусматривают ознакомление дошкольников с родным краем через естественное вхождение в целостный образовательный процесс, который выстраивается на основе определения доминирующих целей базовой программы, решаемых на фоне краеведческого материала. Установление связи поколений и познание ближайшего окружения обязательно связывается с культурными традициями прошлого. В основу реализации регионального компонента положены следующие принципы:

Реализация содержания идет в следующих направлениях

1. Природно-климатические особенности родного края.

В этом блоке дети знакомятся с природно-экологическим своеобразием края, где рассматривается флора и фауна региона, экологические проблемы и природные богатства, дошкольники получают сведения о географических и климатических особенностях своей местности, где подробно рассматривается зона смешанных лесов с распространенными и редкими растениями, занесенными в Красную книгу, лекарственными травами, животным миром. Воспитывается умение эстетически воспринимать красоту окружающего мира, относиться к природе поэтически, эмоционально, бережно. Формируется желание больше узнать о родной природе, стать ее защитником. Приоритетными формами в реализации данного направления являются: беседы, экскурсии, акции, целевые прогулки, изготовление гербария, труд в природе, наблюдения, эксперименты и опыты на экологической тропе, связанные с объектами природы.

2. Национально-культурные и исторические особенности края.

Это направление предусматривает получение детьми краеведческих сведений о родном г. Колпино знакомство с историей возникновения и развития города, с особенностями быта и семейного уклада предков. В мини-музее «Колпино», опираясь на наглядность, собранных материалов проводятся беседы с детьми о работах народных мастеров, дошкольники знакомятся с предметами быта их назначением, названием, рассматривают русскую национальную одежду, обувь. В старших дошкольных группах дети получают представления о том, кто такие предки, что означают их фамилии, в семьях изготавливаются альбомы генеалогической направленности.

Дети посещают достопримечательные места города, знакомятся с памятниками культуры, архитектуры и искусства на основе слайдов и фотографий с видами города Колпино. Большое значение имеет взаимодействие с социумом (городская библиотека,

музей «Ижорские заводы», где на основе экспонатов, выставок ведется ознакомительная работа с родным городом.

У детей формируются представления о том, что в родном городе проживают люди разных национальностей, с самобытными, равноправными культурами, закладываются основы гражданско-патриотических чувств: любовь, гордость и уважение к своему народу, его культуре. Реализация данного направления в работе с детьми осуществляется в форме наблюдений, экскурсий, бесед, видео просмотров, посещения музея, рассматривания макетов, оформления стендов, выставок, организации конкурсов.

3. Ценностно-смысловая взаимосвязь поколений.

Этот блок рассматривается в трех проекциях.

Защитники Отечества:

Дети получают сведения о современных солдатах-колпинцах, проходящих срочную службу в Российской армии, о почетной обязанности молодых парней служить Отечеству, защищать Родину.

Ветераны и труженики города:

Реализация работы в данном направлении осуществляется в форме экскурсий старших дошкольников в музей «Ижорские заводы». Дети знакомятся с материалами экспозиций «Ижорский батальон» и «Трудовой славы» колпинцев в разные временные отрезки эпох.

Знаменитые люди края:

Дошкольники получают краткие сведения о людях края известных в настоящее время Традиционно перед празднованием 9 мая дети возлагают букеты с цветами к подножию монументов, готовят подарки и концертные номера и поздравляют ветеранов.

4. Символика края.

Реализация регионального компонента в данном направлении предусматривает знакомство дошкольников с гербом, флагом, гимном г.Колпино. Дети получают сведения о цветах герба и флага, о значении изображаемых на них символов. Воспитываются нравственно-патриотические чувства: гордость за свою малую родину, желание сделать ее лучше, формируется осознание личной причастности к жизни города.

Реализация регионального компонента предъявляет особые требования к организации предметно-развивающей среды в групповых комнатах.

В рамках ФГОС ДО образовательный процесс в ДОУ строится по двум основным направлениям деятельности взрослых и детей - непрерывная образовательная деятельность; - совместная деятельность.

Непрерывная образовательная деятельность регионального содержания реализуется через организацию различных видов детской деятельности или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогами самостоятельно в зависимости от контингента детей и решения конкретных образовательных задач в соответствии с перспективным планом.

Этому способствует совместная деятельность, интегрируемая в разных сочетаниях образовательных областей, включая фольклорные праздники и развлечения.

Введение регионального компонента в содержание дошкольного образования позволяет организовать в детском саду систематическую и целенаправленную работу по

ознакомлению дошкольников с основами краеведения, культурой и историей родного края, на уровне доступном пониманию дошкольников. Необходимо дать детям понимание, что великая страна начинается с малой Родины – с того места, где ты родился и живешь

Одним из направлений данной работы является введение регионального содержания в раздел по физическому развитию детей.

Цель

Приобщать детей к физической культуре, к ценностям культуры здоровья как части этнической культуры жителей нашего края, способствовать развитию чувства принадлежности к своей родине, своему народу, чувства общности и гордости за свою культуру.

Задачи

Оздоровительные – сохранять и укреплять здоровье детей и формировать у них привычку к здоровому образу жизни.

Образовательные - формирование жизненно важных двигательных умений и навыков с учетом специфики и региона; расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных движений и овладение новыми.

2.3. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

Взаимодействие с семьями. Праздничные мероприятия и развлечения	
Сентябрь	День знаний
Октябрь	Семейные старты Праздник «Папа, мама, я- спортивная семья!»
Ноябрь	Физкультурные досуги, посвященный Дню матери
Январь	Веселые каникулы (развлечения в группах и на улице)
Февраль	Спортивные досуги, посвященные Дню Защитника Отечества
Март	Спортивный праздник на улице, с участием родителей Масленица (игры и забавы на улице)
Апрель	День космонавтики
Май	Праздник весны и труда Праздник ко Дню Победы

месяц	Темы	Группы	Формы работы
X-2022 г.	«Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале»	Средняя гр Звёздочки Средняя гр Росинка	Консультация
XI-2022г.	«Значение режима дня для здоровья ребенка»	Средняя гр Звёздочки	Беседа
XII-2022г.	«Физкультурно-оздоровительная работа в зимний период»	Средняя гр Росинка	Рекомендация
I-2023г.	« Подвижные игры-залог здоровья малыша»	Средняя гр Росинка	Мастер-класс
II-2023 г.	«Проведем выходной день с пользой»	Средняя гр Звёздочки	Рекомендация
III-2023г.	«Профилактика нарушения осанки и плоскостопия»	Средняя гр. Росинка	Буклет
IV-2023г.	« Представления и ЗОЖ-физкультурные упражнения для оздоровления часто болеющих детей.»	Средняя гр Звёздочки	Консультация
V-2023г.	«Наши успехи»	Средняя гр Росинка Средняя гр. Звёздочки	Фотовыставка

2.4. Календарный план воспитательной работы Сентябрь

Направление деятельности	Название мероприятия	Группы	Ответственные
Традиции детского сада	Тематическое развлечение «По дороге Знаний», посвященное Дню Знаний.	Все группы	Заведующий, Зам. зав. по УВР, воспитатели, специалисты ДОУ

Октябрь

Направление деятельности	Название мероприятия	Группы	Ответственные
Традиции детского сада	Праздники «Осенняя мозаика»	Все группы	Зам. зав. по УВР, воспитатели, специалисты ДОУ

Ноябрь

Направление деятельности	Название мероприятия	Группы	Ответственные
Традиции детского сада	Досуг «Мамочка любимая моя!» (День матери в России)	Все группы	Зам. зав. по УВР, воспитатели, специалисты ДОУ
НОД	Проведение серии мероприятий по приобщению дошкольников к здоровому образу жизни.	Все группы	Воспитатели, специалисты ДОУ
Детско-взрослое сообщество «Юные инспекторы дорожного движения»	«День памяти жертв ДТП»: Районная Акция в формате флешмоб	Средняя, старшая, подготовит.	Зам. зав. по УВР, воспитатели, специалисты ДОУ

Декабрь

Направление деятельности	Название мероприятия	Группы	Ответственные
НОД	Тематические занятия по правилам дорожного движения» Подвижная игра: «Умелый пешеход»	Все группы	Воспитатели, специалисты ДОУ

Январь

Направление деятельности	Название мероприятия	Группы	Ответственные
Традиции детского сада	Зимняя олимпиада «Будущие олимпийцы»	старшая, подготовит.	Воспитатели, специалисты ДОУ
	Комплекс досуговых мероприятий «Зимние забавы	Все группы	

Детско-взрослое сообщество «Юные инспекторы дорожного движения»	Районной творческий Конкурс для отрядов юных инспекторов дорожного движения по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма «Дорожный серпантин»	Старшая, подготовит.	Зам. зав. по УВР, воспитатели, специалисты
--	---	----------------------	--

Февраль

Направление деятельности	Название мероприятия	Группы	Ответственные
Традиции детского сада	Спортивное развлечение "Вместе с папой"	старшая, подготовит	Зам. зав. по УВР, воспитатели, специалисты ДОУ
Работа с родителями	Праздник «День защитника отечества»	Средние, старшие и подготовительные группы	Воспитатели групп Музыкальные руководители Инструктор по физо

Март

Направление деятельности	Название мероприятия	Группы	Ответственные
Традиции детского сада	Фольклорное развлечение «Широкая Масленица».	Все группы	Воспитатели, специалисты ДОУ

Апрель

Направление деятельности	Название мероприятия	Группы	Ответственные
Традиции детского сада	Праздник «Папа, мама, я – здоровая семья», посвященный всемирному Дню здоровья. 7 апреля	старшая, подготовит.	Воспитатели, специалисты ДОУ
Детско-взрослое сообщество «Юные инспекторы дорожного движения»	Акция «Скорость не главное»	Вторая младшая, средняя, старшая, подготовительная	Зам. зав. по УВР, воспитатели. специалисты ДОУ
Работа с родителями	Праздник «Папа, мама, я – здоровая семья», посвященный всемирному Дню здоровья (7 апреля).	Средние, старшие и подготовительные	Воспитатели групп Инструктор по физо

Май

Направление деятельности	Название мероприятия	Группы	Ответственные
НОД	Проведение мероприятий нравственно-патриотического характера, посвященных Дню Победы.	Вторая младшая, средняя, старшая, подготовительная	Воспитатели, специалисты ДОУ
Детско-взрослое сообщество «Юные инспекторы дорожного движения»	Проведение мероприятий в рамках Единого Дня детской дорожной безопасности	Вторая младшая, средняя, старшая, подготовительная	Зам. зав. по УВР, воспитатели, специалисты ДОУ

3. Организационный раздел рабочей программы.

3.1 Режимы пребывания детей в образовательном учреждении

РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА (с.01.09.22-31.05.23)

Средняя группа «Непоседы»

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
В детском саду					
Прием и осмотр, совместные игры; индивидуальная, работа с детьми.	7.00-8.15				
Проведение утренней гимнастики	8.15-8.20				
Организация игр детей, самостоятельная деятельность	8.20-8.30				
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.30-9.00				
Непрерывная образовательная деятельность подгрупповая, фронтальная). Перерывы между образовательной деятельностью: двигательная разминка; игровая деятельность (10 мин.)	9.00-10.00				
НОД Музыка	10.05-10.25		10.00-10.20		
НОД Физическая культура		10.05-10.25		10.05-10.25	11.10-11.30 (улица)
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	10.00.-10.30				
Организация самостоятельной игровой деятельности. Подготовка к прогулке. Прогулка	10.00-12.15				
Возвращение с прогулки; самостоятельная игровая деятельность детей.	12.15-12.30				
Подготовка к обеду. Обед.	12.30-13.00				

Подготовка ко сну.Дневной сон.	13.00-15.25				
Подготовка к полднику.Полдник.	15.25-15.50				
Игровая совместная и самостоятельная деятельность.	15.50-16.30	15.50-16.30	15.50-16.30	15.50-16.30	15.50-16.30
Музыкальный, физкультурный досуг	3 неделя музыкальный досуг 15.15-15.35 2 неделя физкультурный досуг 16.00-16.20				
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-19.00				
На случай непогоды					
Игры малой подвижности, самостоятельная деятельность, двигательная деятельность, предметная деятельность в группе. Чтение художественной литературы					
На случай непогоды физкультурный зал					

РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА (с.01.09.22-31.05.23)

Средняя группа «Светлячок»

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
В детском саду					
Прием и осмотр , совместные игры; индивидуальная, работа с детьми.	7.00-8.15				
Проведение утренней гимнастики	8.15-8.20				
Организация игр детей, самостоятельная деятельность	8.20-8.30				
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.30-9.00				
Непрерывная образовательная деятельность подгрупповая, фронтальная).Перерывы между образовательной деятельностью: двигательная разминка; игровая деятельность (10 мин.)	9.00-10.00				
НОД Музыка		10.05-10.25		10.05-10.25	
НОД Физическая культура	10.05-10.25		10.05-10.25		11.10-11.30 (улица)
Подготовка ко второму завтраку.Второй завтрак	10.00.-10.30				
Организация самостоятельной игровой деятельности. Подготовка к прогулке. Прогулка	10.00-12.15				
Возвращение с прогулки; самостоятельная игровая деятельность детей.	12.15-12.30				
Подготовка к обеду. Обед.	12.30-13.00				
Подготовка ко сну.Дневной сон.	13.00-15.25				
Подготовка к полднику.Полдник.	15.25-15.50				
Игровая совместная и самостоятельная деятельность.	15.50-16.30	15.50-16.30	15.50-16.30	15.50-16.30	15.50-16.30
Музыкальный, физкультурный досуг	3 неделя музыкальный досуг 16.00-16.20 2 неделя физкультурный досуг 15.15-15.35				

Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-19.00
На случай непогоды	
Игры малой подвижности, самостоятельная деятельность, двигательная деятельность, предметная деятельность в группе. Чтение художественной литературы	
На случай непогоды физкультурный зал	

Щадящий режим

№ п/п	Виды деятельности в режиме	Ограничения	Ответственный
1	Приход в детский сад	По возможности с 8.00-8.30	родители
2	Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Воспитатели инструктор ФК
3	Гигиенические, закаливающие и общеукрепляющие процедуры: умывание; полоскание полости рта после еды; воздушные ванны с бодрящей гимнастикой;	т.в.= 16-20гр., тщательное вытирание рук, лица т.в.=20-22гр. Наливается перед полосканием -снимается пижама, надевается сухая футболка	Пом. воспитателя, воспитатель Пом. воспитателя, воспитатель
4	Питание: завтрак, обед, полдник	-первыми садятся за стол	Пом. воспитателя, воспитатель
5	Сборы на прогулку(утреннюю, вечернюю), выход на прогулку	- одевание в последнюю очередь, выход последними	Пом. воспитателя, воспитатель
6	Возвращение с прогулки	-возвращение первыми (под присмотром взрослого) - снимается влажная майка, заменяется на сухую	Пом. воспитателя, воспитатель
7	прогулка	-вовлечение в умеренную двигательную деятельность	воспитатель
8	Занятия физической культурой	-отмена или снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	инструктор ФК

9	Непрерывная образовательная деятельность	-вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине образовательной деятельности	Воспитатель
10	Дневной сон	-укладывание первыми -подъем по мере просыпания	воспитатель
11	Совместная деятельность с воспитателем	-учет настроения ребенка и его желание	воспитатель
12	Самостоятельная деятельность	-предлагать места для игр и другой деятельности удаленные от окон и дверей	воспитатель
13	Уход детей домой	По возможности до 18.00	родители

Максимально допустимый объем учебной образовательной нагрузки

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

возраст	Продолжительность НОД (непрерывная образовательная деятельность)	Максимально допустимый объем учебной образовательной нагрузки
От 3 до 4 лет	15 минут	В первой половине дня 15 минут
От 4 до 5 лет	15 минут	В первой половине дня 20 минут
От 5 до 6 лет	20 минут подгрупповая НОД	В первой половине дня 45 минут (20м,25м) Перерывы между периодами НОД – не менее 20 минут
От 6 до 7 лет	25 минут подгрупповая НОД	В первой половине дня 1,5 часа Перерывы между периодами НОД – не менее 20 минут

3.2 УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2022-2023.

Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Структура реализации образовательной деятельности

НОД	Физическая Культура	Объем образовательной нагрузки в минутах (часах)			
		В неделю		В год	
		Кол-во	Время в минутах	Кол-во	Время в минутах (часах)
Физическое развитие	Физкультура (в помещении)	2	40	76	1520 25ч.20мин
Средний возраст	Физкультура (на улице)	1	20	38	760 12ч20мин.

<p>Совместная деятельность педагога с детьми</p> <p><u>Занятия</u> по физическому развитию 2 раза в неделю в каждой возрастной группе. Праздники- 2 раза в год Спортивные развлечения- 1 раз в квартал Другие формы совместной деятельности- Досуги 1раз в месяц .</p>	<p>Самостоятельная деятельность детей</p> <p>Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах</p>	<p>Виды деятельности, технологии Технологии сохранения и стимулирования здоровья</p> <p><i>Подвижные игры между занятиями или двигательная разминка</i> Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой и со средней степенью подвижности (Ежедневно 10 мин) <i>Динамические паузы(физкультминутки)</i> Во время занятий, 2 мин., <i>Гимнастика пальчиковая</i> С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. <i>Гимнастика дыхательная</i> В различных формах физкультурно-оздоровительной работы с младшего возраста <i>Гимнастика пробуждения</i> Ежедневно после дневного сна, 5 мин.</p>
---	---	---

3.3. РАСПИСАНИЕ НОД

РАСПИСАНИЕ
образовательной деятельности инструктора по физической культуре
на 2022 - 2023 учебный год

Группа	День недели				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Вторая младшая группа «Родничок»	9.40-9.55		16.00-16.15 Досуг 3 неделя		9.40-9.55
Вторая младшая группа «Ромашка»		9.40- 9.55	15.15-15.30 Досуг 3неделя	9.40-9.55	
Средняя группа «Светлячок»	10.05-10.25		16.00-16.20 Досуг 4 неделя		10.05-10.25
Средняя группа «Непоседы»		10.05-10.25	15.15-15.35 Досуг 4 неделя	10.05-10.25	
Старшая группа «Росинка»		10.35-11.00	16.00-16.25 Досуг 1 неделя	10.35-11.00	
Старшая группа «Звёздочки»	10.35-11.00		15.15-15.40 Досуг 1 неделя		10.35-11.00
Подготовительная группа «Радуга»	9.00-9.30		16.00-16.30 Досуг 2 неделя		9.00-9.30
Подготовительная группа «Подсолнухи»		9.00-9.30	15.15-15.45 Досуг 2 неделя	9.00-9.30	

Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре на 2022-2023 у.г

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
8.40-14.40	8.40-14.40	12.00-18.00	8.40-14.40	8.40-14.40
8.40-9.00 подготовка к проведению НОД по физической культуре	8.40-9.00 подготовка к проведению НОД по физической культуре	12.00-12.30 ИОД с детьми повышенной мотивацией и одарёнными к физическому развитию	8.40-9.00 подготовка к проведению НОД по физической культуре	8.40-9.00 подготовка к проведению НОД по физической культуре
9.00-11.00 НОД по	9.00-11.00 НОД по	12.30-14.30	9.00-11.00 НОД по	9.00-11.00 НОД по

образовательной области «Физическая культура»	образовательной области «Физическая культура»	Составление и подбор материала к сценариям (подбор материала для проведения физкультурных досугов и праздников составление фонограмм, мультимедиа	образовательной области «Физическая культура»	образовательной области «Физическая культура»
11.10-12.00 НОД по физической культуре на улице	11.10-12.00 НОД по физической культуре на улице	14.30- 16.15 контроль состояния и эксплуатации приведение его в порядок подготовка к физкультурным досугам и развлечениям спортивного оборудования	11.10-12.00 НОД по физической культуре на улице	11.10-12.00 НОД по физической культуре на улице
12.00-12.30 влажная обработка оборудования использованного на НОД	12.00-12.30 влажная обработка оборудования использованного на НОД	16.15-17.10 проведение досугов, мероприятий	12.00-12.30 влажная обработка оборудования использованного на НОД	12.00-12.30 влажная обработка оборудования использованного на НОД
12.30-14.30 работа с методической литературой, самообразование	12.30-14.30 Подготовка материалов для информационных стендов, изготовление пособий для НОД по физической культуре	17.10 18.00 уборка спортивного оборудования, подготовка к занятиям следующей недели по тематическому плану. Индивидуальные консультации с родителями	12.30-14.30 работа с методической литературой и интернет ресурсами	12.30-14.30 заполнение тетрадей взаимодействия с педагогами с указанием индивидуальной работы с детьми по ФИЗО

3.4. ТРАДИЦИИ

Разные виды занятий по физической культуре имеют обучающее значение;

физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, закаливающие мероприятия и др.) снижает утомление детей, стимулирует умственную работоспособность;

-активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья др.) имеют оздоровительное значение;

-самостоятельная двигательная деятельность детей;

-домашние задания по физической культуре;

-индивидуальная и дифференцированная работа с детьми.

В зависимости от назначения формы физкультурно-оздоровительной работы, их характер могут меняться и повторяться с разной периодичностью в течение дня, недели, месяца и года, составляя двигательный режим.

3.5 Программно-методическое обеспечение образовательного процесса

Образовательная	Список литературы (учебно-методические пособия,
-----------------	---

область, направление образовательной деятельности	методические разработки, др.)
Физическое развитие	<p>Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» М.: «Просвещение» 1983</p> <p>П.П.Буцинская; В.И. Васюкова; Г.П. Лескова «Общеразвивающие упражнения в детском саду» Москва «Просвещение» 1990</p> <p>К.К. Утробина «Занимательная физкультура в д/саду для детей 3-5 лет» М.: Издательство ГНОМ и Д 2003</p> <p>Е.А. Тимофеева «Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста» Москва «Просвещение» 1986</p> <p>Е.А. Бабенкова, Т.М. Параничева «Подвижные игры на прогулке» ООО «ТЦ Сфера», 2011</p> <p>Т.Е. Харченко «Организация двигательной деятельности детей в детском саду» СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс» 2010</p> <p>Е.И.Подольская «Сценарии спортивных праздников и мероприятий с для детей 3-7 лет» Волгоград: Учитель, 2009</p> <p>Е.И.Подольская «Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия» Волгоград: Учитель, 2013</p>
Педагогическая диагностика	<p>Педагогической диагностикой социально личностного развития дошкольников в условиях ФГОС ДО Е.А.ПЕТРОВОЙ, Г.Г. КОЗЛОВОЙ.</p> <p>«Показатели физической подготовленности детей». В.Г.Фролов, Г.П.Юрко</p>

3.6. Организация развивающей предметно-пространственной среды физкультурного зала (в том числе материально-техническое обеспечение).

Для основных видов движения: Гимнастические скамейки, гимнастическая стенка – 4 пролета, лестница с зацепами, доска с ребристой поверхностью, дорожка – змейка (канат), коврики массажный, коврик со следочками, батут детский, скакалки, маты гимнастические, гимнастические мячи (фитболы), кегли, кольцоброс, мешочек с грузом, мячи набивные, мячи большие, мячи средние, мячи малые (все мячи по количеству детей в группах), мяч для волейбола, мяч для футбола, мячи для баскетбола, мишени для метания настенные, кольцо баскетбольное, дуга большая, дуга средняя, дуга малая, туннели.

Для общеразвивающих упражнений: Флажки, кубики, ленточки, платочки, гимнастические палки, кегли, теннисные мячики, Для подвижных игр и эстафет: Маски, шапочки, кольца, обручи, кегли, ориентиры, кубики, мячики, клюшки, шайбы, ворота, пирамиды большие, платочки, прищепки, муляжи овощей и фруктов, ракетки для бадминтона, маленькие мячики: футбольный, баскетбольный, волейбольный, теннисные мячи. Маски из бумаги, ориентиры для эстафет, мячи: футбольный, баскетбольный, волейбольный, прыгуны, теннисные. Все пространство предметно-пространственной среды и оборудование спортивного зала безопасное, эстетически привлекательное, здоровьесберегающее, развивающее, соответствует санитарно-гигиеническим требованиям и требованиям пожарной безопасности, с учетом свободного доступа детей к местам эвакуации. Спортивное оборудование зала соответствует возрасту и росту детей.

<i>Образовательная область</i>	<i>Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды</i>	
	<i>Содержание</i>	<i>Срок (месяц)</i>
Физическое развитие	Приобрести мешочки для метания	Октябрь
	Обновить маски для подвижных игр	Ноябрь
	Сделать картотеку пальчиковых игр	Декабрь
	Изготовить комплект следочков ладоней и ступней	Январь
	Изготовление нетрадиционного оборудования по физкультуре из бросового материала для использования на занятиях и в играх	Февраль
	Пополнить РППС зала атрибутами для сюжетных подвижных игр	Март
	Сделать картотеку малоподвижных игр	Апрель
	Обновить картотеку сюжетных подвижных игр по всем возрастным группам. Создать картотеку общеразвивающих упражнений, сопровождающихся речитативом по всем возрастам	Май

3.7 Используемая литература

- Оздоровительная программа «К здоровой семье через детский сад» (сборник рабочих документов) В.С.Коваленко. Санкт-Петербург. 2000г.
- Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство» под редакцией Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцевой. 2014.
- План-Программа воспитательно образовательной работы в детском саду». Методическое пособие для воспитателей детского сада. З.А.Михайловой. СПб. Детство-Пресс. 2002г.
- «Как воспитать здорового ребенка». В.Г. Алямовская. Линко-Пресс.1993г.
- «Воспитание здорового ребенка». М.Д.Маханева. Аркти. 1997г.
- «Здоровый малыш». Программа оздоровления детей в ДОУ. З.И.Берсневой. Москва.2003г.
- «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». Н.Н.Ефименко. Линка-Пресс. 1999г.
- Педагогические технологии физического совершенствования дошкольников.**
- Ритмическая пластика для дошкольников. А.И.Бурениной. 1994г.
- Игровой стретчинг. А.Г.Назаровой.
- Фитбол-гимнастика в дошкольном возрасте. А.А.Потапчук, Г.Г.Лукина. СПб. 1999г.
- Учебный материал.**
- «Развивающая гимнастика для дошкольников 3-6 лет» Методическое пособие.
- «Команда чемпионов». Спортивное лото.

Дидактический материал по ознакомлению детей с видами спорта. С.Вохринцева - «Пойми меня». Развивающая игра для детей от 5 лет и старше. Азбука эмоций.. «Изучаем свое тело». Дидактический материал.
«Спорт. Олимпийские игры». Демонстрационный материал. Харьков. 2011г.
Расскажите детям об Олимпийских играх. Карточки для занятий. 2013г. ЗАО Приз.
Тематический словарь в картинках «Спорт». Летние и зимние виды спорта. 2013г. Школьная книга.
«Олимпийские игры: прошлое и настоящее». Наглядное пособие. 2011г.
«Валеология или здоровый малыш». Развивающая игра в 2-х частях.
«Как избежать неприятностей во дворе, на улице, дома в 3-х частях». Дидактическое пособие.

АННОТАЦИЯ

к рабочей программе инструктора по физической культуре Корман Ж.Ю.

Рабочая программа на основе образовательной программы дошкольного образования и рабочей программы воспитания ГБДОУ детский сад №58 Колпинского района Санкт-Петербурга, утвержденной заведующим ДОУ, приказом № 156-О от 31.08.2022 Рабочая программа разработана на 2022-2023 учебный год.

Срок реализации программы – 1год. Программа содержит материал для организации физкультурной деятельности с детьми 4-5 лет. Деятельность включает работу по образовательной области «Физическое развитие», соответствующее ФГОС ДО. Физическое развитие обеспечивает развитие детей младшего дошкольного возраста с учётом их психолого-возрастных и индивидуальных особенностей, учитывая интересы и потребности детей и родителей воспитанников, приоритетные направления, сложившиеся в практике детского сада и культурно-образовательные традиции. Содержание программы направлено на деятельность по охране и укреплению физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Реализация программы направлена на достижение следующей цели: умения выполнять основные движения, согласованные движения, а также разноименные и разнонаправленные движения; осуществлять элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений согласно возрасту детей о программный материал; знание правил подвижных игр, эстафет, игр с элементами спорта; знание элементарных нормы и правила здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Содержание программы соответствует основным принципам дошкольного образования: - принцип поддержки разнообразия детства; - принцип позитивной социализации; - принцип личностно-развивающего и гуманистического характера; - принцип сотрудничества; - принцип сетевого взаимодействия; - принцип индивидуализации; - принцип вариативности; - принцип инвариантности ценностей и

целей при вариативности средств реализации и достижения целей программы. Программа состоит из трех разделов:

1. Целевой раздел включает в себя пояснительную записку и планируемые результаты освоения детьми программы, а также цели и задачи реализации программы, принципы и подходы к формированию программы, характеристики особенностей развития детей старшего дошкольного возраста.
2. Содержательный раздел представляет комплексно-тематическое планирование, обеспечивающее полноценное развитие личности детей, описание деятельности по физической культуре.
3. Организационный раздел содержит описание материально-технического обеспечения программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания, распорядка и режим дня, а также особенностей традиционных событий, праздников, мероприятий; особенностей организации развивающей предметно-пространственной среды.