

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад № 131
(протокол от 30.08.2024 № 1)

УТВЕРЖДЕНА
приказом ГБДОУ детский сад № 131
от 30.08.2024 № 138
заведующий _____ Г.В. Иванова

Рабочая программа
инструктора по физической культуре

Аллахвердова Федора Сергеевича

Группа: компенсирующей направленности
для обучающихся 5-6 лет с ОВЗ
(с тяжелыми нарушениями речи)

группа № 4

Государственного бюджетного дошкольного образовательного
учреждения детский сад № 131 компенсирующего вида
Невского района Санкт-Петербурга

на 2024-2025 учебный год

Санкт-Петербург
2024 год

1.Целевой раздел рабочей программы

1.1. Пояснительная записка

<p>Цель:</p>	<ul style="list-style-type: none">-реализация содержания образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ОВЗ (с тяжелыми нарушениями речи) в ГБДОУ №131, образовательной области «Физическое развитие»-приобретение опыта двигательной деятельности, направленной на развитие координации, гибкости, равновесия, крупной и мелкой моторики;-овладение подвижными играми с правилами;-становление направленности и саморегуляции в двигательной сфере;-становление ценностей здорового образа жизни;-формирование представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека.
<p>Задачи:</p>	<p>Закрепить умение легко ходить и бегать, бегать, энергично отталкиваясь от опоры.</p> <p>Развивать быстроту, ловкость, общую выносливость в играх и эстафетах.</p> <p>Воспитывать у обучающихся желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры.</p> <p>Освоить элементы спортивных игр: баскетбола, футбола, бадминтона.</p> <p>Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.</p> <p>Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.</p> <p>Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и в высоту с разбега.</p> <p>Добиваться активного движения кисти руки при броске.</p> <p>Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенке по диагонали.</p> <p>Учить быстро, перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном темпе.</p> <p>Продолжать развивать психофизические качества: быстроту, силу, выносливость, ловкость, гибкость.</p> <p>Продолжать упражнять обучающихся в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и</p>

	<p>ориентировку в пространстве.</p> <p>Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.</p> <p>Обеспечивать разностороннее развитие личности обучающихся.</p> <p>Воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.</p> <p>Продолжать учить обучающихся самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.</p> <p>Освоить элементы спортивных игр: баскетбола, футбола, бадминтона.</p> <p>Учить самостоятельно ухаживать за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.</p>
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	<p>-обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья обучающихся;</p> <p>-организация системы физкультурно - оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития обучающихся;</p> <p>-обеспечение личносно - ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников.</p>
Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей	<p>В 4 речевой группе списочный состав 17 детей из них 10 мальчиков и 7 девочек. Дети первого года обучения. У большинства детей стабильная двигательная активность.</p> <p>Дети называют зимние и летние виды спорта. Знают и соблюдают правила в подвижных играх. Активно помогают в уборке спортивного инвентаря</p>
Основания разработки Рабочей программы (документы и программно - методические материалы)	<p>-Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012года №273-ФЗ);</p> <p>-Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013г №1155);</p> <p>- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09. 2020 г. № 28).</p> <p>- Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с ОВЗ (тяжелые нарушения речи, фонетико-фонематическим нарушением речи, задержкой психического развития, с расстройствами аутистического спектра) ГБДОУ № 131 образовательная область «Физическое развитие»</p>
Срок реализации	2024-2025 учебный год (сентябрь 2024- август 2025г)

рабочей программы	
<p>Планируемые результаты освоения воспитанниками группы образовательной программы</p> <p>(образовательная область «Физическое развитие»)</p>	<p>-Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).</p> <p>-Прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100см; прыгать через короткую скакалку.</p> <p>-Перекатывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 метров, метать предметы правой и левой рукой, владеть школой мяча.</p> <p>-Перестраиваться в 2 колонны, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения.</p> <p>-Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.</p> <p>-Сохранять правильную осанку.</p> <p>-Активно участвовать в играх с элементами спорта.</p> <p>-Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность.</p> <p>- развиты физические качества (скорость, гибкость, выносливость, сила, координация), улучшен индивидуальный результат в конце учебного года.</p>

2. Содержательный раздел рабочей программы

2.1. Содержание образовательной работы с обучающимися 5-6 лет

Месяц	Образовательная область	Темы направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы (занятия, праздники, досуги)
09.2024	Социально-Коммуникативное	Коммуникативная Игровая	Упражнять обучающихся в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и	Мониторинг

	Речевое развитие.	<p><i>«Народные промыслы, игрушки. Материалы, из которых они сделаны.</i></p> <p><i>«Сельскохозяйственные работы. Профессии»</i></p> <p><i>«Работы в саду. Садоводство. »,</i></p> <p><i>«Лес. Деревья. Лесоводство. Профессии. Охрана»</i></p>	<p>поворотов (ориентир кубик или кегля);</p> <p>развивать ловкость в упражнениях с мячом,</p> <p>координацию движений в задании на равновесие;</p> <p>повторить упражнение на ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.</p> <p>Закреплять умение Детей мягко приземляться в точно определенное место</p> <p>Упражнять в лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом, перелезание с пролета на пролет.</p> <p>Упражнять в равновесии, в бросании мяча о пол двумя руками и ловле его, продвигаясь вперед шагом.</p> <p>Закреплять умение выполнять метание вдаль: принимать правильной и.п., выполнять замах для увеличения силы броска.</p>	<p>Сюжетное занятие:</p> <p>«Наш фруктовый сад»</p> <p>Физкультурный досуг:</p> <p>«Осторожно на дороге»</p>
11.2024	Социально-	Двигательная	Закреплять умение справедливо	Игровое задание:

	Физическое развитие	Двигательная активность	<p>цель действий: перенести ногу через обруч на другую сторону, перенести центр тяжести на эту ногу. Развивать равновесие при ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейки. Закреплять умение вести мяч, перемещаясь в разном темпе. Упражнять обучающихся в умении метать предметы вдаль правой и левой рукой. Развивать у обучающихся умение быстро начинать бег из и.п. стоя спиной к направлению движения и выполнять ускорение.</p>	Физкультурный досуг: «Зимние игры»
02.2025	Социально-коммуникативное	<p>Коммуникативная</p> <p>Игровая</p> <p>«Мебель, изготовление»</p>	<p>Побуждать обучающихся к использованию в реальных ситуациях и играх основные знания правил дорожного движения.</p> <p>Закреплять правильный захват мелких предметов при метании. Развивать у обучающихся</p>	<p>Игровое задание: «Кто самый внимательный»</p> <p>Физкультурный досуг: «Смелые»</p>

	<p>Речевое развитие.</p> <p>Физическое развитие</p>	<p><i>мебели»</i></p> <p><i>«Посуда: изготовление, материалы, история посуды. Бытовая техника»</i></p> <p><i>«Наземный транспорт, правила дорожного движения. Профессии. История транспорта»</i></p> <p><i>«День защитника Отечества. Военные профессии»</i></p> <p>Двигательная</p>	<p>умение быстро начинать бег из и.п. стоя спиной к направлению движения и выполнять ускорение. Закреплять умение вести мяч и передавать его на ходу партнеру, ловить мяч с отскоком от земли и без отскока. Развивать у обучающихся силу отталкивания в прыжках на скамейку. Упражнять обучающихся в ведении и забрасывании мяча в баскетбольное кольцо. Развивать силу отталкивания при запрыгивании на гимнастическую скамейку, покрытую матом. Упражнять обучающихся в умении ползать по-пластунски, используя перекрестную координацию. Развивать согласованность движений рук и ног в прыжках в высоту с места.</p>	<p>ребята»</p>
--	---	--	---	-----------------------

			<p>Упражнять обучающихся в умении вести мяч правой и левой рукой и забрасывать его в баскетбольное кольцо с расстояния 2 и 3 м. Упражнять обучающихся в использовании перекрестной координации при ползании по полу и скамейке.</p> <p>При спрыгивании побуждать детей выпрыгивать вверх, увеличивая силу отталкивания.</p>	
05.2025	<p>Социально-Коммуникативное</p> <p>Речевое развитие</p> <p>Физическое развитие</p>	<p>Коммуникативная</p> <p>Игровая</p> <p><i>«Города России. Москва – столица России. Государственная символика.»</i></p> <p><i>«Я и моя семья. История семьи, семейные праздники»</i></p> <p><i>«Полевые и садовые цветы,</i></p>	<p>Во время подвижных игр продолжать закреплять у обучающихся чувство взаимопомощи и поддержки, а также проявлять партнерские отношения.</p> <p>Упражнять обучающихся в умении выполнять круговой захват при метании вдаль из-за плеча одной рукой.</p> <p>Упражнять обучающихся в энергичном отталкивании при спрыгивании, приучать регулировать силу</p>	<p>Мониторинг</p> <p>Игровое задание:</p> <p>« Попади по мячу»</p> <p>Спортивный праздник:</p> <p>«День улыбок»</p>

		<p><i>флористика»</i></p> <p><i>«Мой город Санкт-Петербург, история города»</i></p> <p>Двигательная</p>	<p>отталкивания с учетом расстояния, развивать умение сохранять равновесие при приземлении. Развивать у обучающихся силу отталкивания при бросании набивного мяча. Приучать выбрасывать предмет вперед-вверх. В прыжках в длину с места побуждать детей выполнять энергичный замах руками для увеличения силы толчка. Закрепить перестроение из 1 колонны в 2; Закрепить навыки ходьбы в чередовании с бегом.</p>	<p>Сюжетное занятие: «Мой любимый город»</p>
--	--	---	---	--

2.2. Проектно-тематическое планирование работы на летний период на 2024-2025 учебный год

Период	Тема недели	Тема дня	Итоговое мероприятие, народный календарь, праздничные даты
Июнь 1 неделя	Ребенок в мире людей	<ul style="list-style-type: none"> • день защиты детей, день знакомства • день рождения поэта • день дружбы • день имени • день инициативы детей 	<p>Конкурс детского рисунка «Нарисуем сказку сами»</p> <p>Викторина «По следам сказок»</p>

Июнь 2 неделя	«Я маленький гражданин России»	<ul style="list-style-type: none"> • день березки • день России • день народных промыслов России • день мастерилок 	Праздник русской берёзки Коллаж «Моя Россия» Выставка поделок по мотивам народных промыслов
Июнь 3 неделя	Неделя спорта и здоровья	<ul style="list-style-type: none"> • день доктора Айболита • день физкультурника • день лекарственных цветов • день здоровья • день чистоты 	Спартакиада Выставка рисунка «Спортивные зарисовки»
Июнь 4 неделя	Неделя контрастов	<ul style="list-style-type: none"> • день контрастов • день солнца • день ветра • день воды • день мыльных пузырей 	Коллективные творческие работы «Рисуем противоположности»
Июль 1 неделя	Наедине с природой.	<ul style="list-style-type: none"> • день почемучек • день насекомых • день полевых цветов • день ягод 	Вернисаж рисунков «Дары лета» Выставка поделок оригами («Бабочки»)
Июль 2 неделя		<ul style="list-style-type: none"> • день леса • день птиц • день животных • День инициативы детей 	Игры-этюды рассказов о лете и природе Играем сказку для друзей
Июль 3 неделя	«Вода, вода, кругом она»	<ul style="list-style-type: none"> • день Нептуна • день рыбака • день китов и дельфинов • день радуги 	Спортивный праздник 23.07 -Международный день китов и дельфинов Коллективный коллаж
Июль 4 неделя	Неделя интересных дел	<ul style="list-style-type: none"> • день увлечений • день шашок • день инициативы детей • День воды и белого кораблика 	Физкультурный досуг «Гордость и слава России – Военно-морской флот» 29.07 – День Военно-морского флота
Август 1 неделя	Неделя добрых друзей	<ul style="list-style-type: none"> • день вежливости • день хороших манер • день светофора • день шуток и игр 	Вернисаж рисунков «Портрет моего друга»

Август 2 неделя	Неделя любимых игр	<ul style="list-style-type: none"> • день настольных игр • день мяча • день любимой игрушки • день конструкторов • 	Выставка «Интересных поделок»
Август 3 неделя	Неделя познания	<ul style="list-style-type: none"> • день любознательности • день бумаги и ткани • день фантика • день резины • день дерева 	Викторина «Интересные материалы»
Август 4 неделя	Неделя «Научился сам - научи другого»	<ul style="list-style-type: none"> • день рифмы • день танца • день творчества • день флага России 	Флэшмоб «Флаг России» 22.08. День флага России
Август 5 неделя	До свидания, лето	<ul style="list-style-type: none"> • день стихов о лете • день забав • день инициативы детей 	Музыкальный досуг «До свидания, лето»

2.4. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ОВЗ

(«Физическое развитие»)

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	2 раза в год	1- 3 недели сентября 2-3 неделя мая	Сентябрь Май

2.5. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

Месяц	Темы	Группы	Формы работы	Дополнительная информация
09.2024	«Формирование здорового образа жизни дошкольников»	Обучающиеся старшего возраста 5-6 лет	Участие в родительских собраниях	Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ГБДОУ
10.2024	Физкультурный досуг: «В стране дорожных знаков»	Обучающиеся старшего возраста 5-6 лет	Видео для родителей	Проявление детей в двигательной деятельности
11.2024	Физкультурный праздник «Осенины»	Обучающиеся старшего возраста 5-6 лет	Видео для родителей	Проявление детей в двигательной деятельности
12.2024	Консультация для родителей	Обучающиеся старшего возраста 5-6 лет	Оздоровительно-профилактические занятия на тренажерно-информационной системе «ТИСА»	Просвещение на тему «Формирование здорового образа жизни в семье»
01.2025	День открытых дверей	Обучающиеся старшего возраста 5-6 лет	Открытое физкультурное занятие	Проявление детей в двигательной деятельности
02.2025	Проведение досуга ко дню Защитника Отечества «Будем родине служить»	Обучающиеся старшего возраста 5-6 лет	Приглашение родителей в качестве болельщиков	Ознакомление родителей с одной из форм физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ
03.2025	Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для дошкольного возраста (5-6 лет)	Обучающиеся старшего возраста 5-6 лет	Оформление информационного стенда	Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ГБДОУ

	лет)			
04.2025	Физкультурный досуг: «Все на стадион»	Обучающиеся старшего возраста 5-6 лет	Приглашение родителей на досуг в качестве гостей	Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ГБДОУ
05.2025	«Оценка деятельности ГБДОУ в рамках физического развития»	Обучающиеся старшего возраста 5-6 лет	Анкетирование родителей	Индивидуальные консультации

3. Организационный раздел рабочей программы

3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка
<p>Занятия по физическому развитию -3 раза в неделю</p> <p>Праздники -2 раза в год: «День мяча» «Зимняя сказка»</p> <p>Физкультурные досуги- 1 раз в месяц</p> <p>Другие формы совместной деятельности.</p>	<p>Работа над основными видами движений в утренний и вечерний отрезок времени в спортивном уголке (ходьба по массажной дорожке, прыжки через мешочки, игры в кольцеброс, дартс, подлезание под воротики</p> <p>Подвижные и спортивные игры во время прогулок;</p>	<p>Социально-коммуникативная</p> <p>Игровая деятельность</p> <p>Двигательная активность;</p> <p>Здоровьесберегающая:</p> <p>-пальчиковая гимнастика;</p> <p>-дыхательная гимнастика;</p> <p>-гимнастика для глаз;</p> <p>-самомассаж;</p> <p>-релаксация;</p> <p>-занятия из серии «Я знаю свое тело»;</p>	<p>Формирование умений произвольно управлять телом,</p> <p>Дифференцированный подход к развитию девочек и мальчиков</p> <p>Коррекционная работа с гиперактивными детьми</p>

		-упражнения на тренажерах	Повышать самооценку у обучающихся, уверенность в своих силах
--	--	---------------------------	--

3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физической культуре)

(в соответствии с требованиями «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09. 2020 г. № 28).

Группа	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию в неделю
Обучающиеся 5-6 лет	25 минут	2

3.3. Создание развивающей предметно - пространственной среды

Образовательная область	Обогащение (пополнение) развивающей предметно - пространственной среды
Физическое развитие	Изготовление атрибутов к досугам и праздникам.

3.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки)
Физическое развитие	1. Физкультурно-оздоровительная работа в

	<p>детском саду (практическое пособие) О.Н. Маргунова Воронеж 2008г</p> <p>2. Тематические физкультурные занятия и праздники . А.П. Щербак Москва 2010год.</p> <p>3. Игры на асфальте Е.А. Сочеванова 2019г</p> <p>4. Физкультура .Нестандартные занятия в средней группе. С.Е. Голомидова Волгоград 2010год.</p> <p>5. Физкультурные занятия в детском саду. (средняя группа) Е.Ф. Желобкович Москва 2010год</p> <p>6. Занимательная физкультура для детей 4-7 лет В.В. Гаврилова Волгоград 2014год.</p> <p>7. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с ЗПР. Е.М. Мастюкова Москва 2013год.</p> <p>8. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная гр (6-7 лет). - М.: Мозаика–Синтез, 2015.</p> <p>9. Журналы « Инструктор физической культуры» №1 по №9</p>
<p>Мониторинг</p>	<p>1. Определение физической подготовленности детей дошкольного возраста. Н.А. Петренкина СПб 2011года.</p>

