

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 40 компенсирующего вида»

ПРИНЯТА

решением педагогического совета  
протокол от 31.08.2017 г. № 1



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОУ «Детский сад № 40  
компенсирующего вида»

 Т.К. Калашникова

«31» августа 2017 г.

Рабочая программа образовательной деятельности  
инструктора по физической культуре

Рыбиной Надежды Николаевны

(ФИО)

возрастная группа: Старшая № 2, 3, 7

на 2017- 2018 учебный год

г. Ухта, 2017 год

## Содержание

1. Целевой раздел.....	3
1.1. Пояснительная записка. ....	3
1.2. Цели и задачи реализации Программы.....	3
1.3. Принципы и подходы к реализации Программы.....	4
1.4. Значимы характеристики группы.....	4
1.5. Целевые ориентиры и планируемые результаты освоения программы.....	4
2. Содержательный раздел.....	5
2.2. Содержание образовательной деятельности по освоению образовательной области «Физическое развитие».....	5
2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы.....	6
3. Организационный раздел.....	6
3. 1. Циклограмма педагогической деятельности.....	6
3.2 Перспективный план образовательной деятельности.....	7
3.3. Предметно – развивающая среда.....	8
3.4. Учебно –методическое обеспечение программы.....	8

## **1. Целевой раздел.**

### **1.1. Пояснительная записка.**

Программа направлена на:

- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;
- на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей с ограниченными возможностями здоровья.

### **1.2. Цели и задачи реализации Программы.**

Цель реализации программы: развитие личности детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей, обеспечение коррекции нарушений развития и социальной адаптации воспитанников.

Обязательная и вариативная часть Программы направлены на решение следующих задач:

- 1) охрану и укрепление физического и психического здоровья воспитанников, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья), а также независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса;
- 3) создание благоприятных условий развития детей с ограниченными возможностями здоровья в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- 4) объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- 5) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- 6) обеспечение коррекционной направленности Программы (с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья воспитанников), обеспечение вариативности и разнообразия содержания и организационных форм дошкольного образования;
- 7) формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей с ограниченными возможностями здоровья;
- 8) обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья, социальной адаптации детей с ограниченными возможностями здоровья;
- 9) обеспечение преемственности целей, задач, содержания основной образовательной программы и программ начального общего образования.

### **1.3. Принципы и подходы к реализации Программы**

Программа разработана в соответствии с основными принципами дошкольного образования, такими, как:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (раннего и дошкольного возраста), обогащение детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 5) сотрудничество Организации с семьей;
- 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

При построении Программы также учитывались общедидактические и специфические принципы: онтогенетический принцип, принципы научности, систематичности и последовательности, наглядности, сознательности и активности, доступности и посильности, принцип связи обучения с жизнью, принцип педагогического оптимизма, принцип интеграции образовательных областей, принцип возрастной адекватности.

В основу формирования Программы положены следующие методологические подходы: культурно-исторический, личностный, деятельностный.

Содержание Программы ориентировано на возрастные и индивидуальные особенности контингента детей, воспитывающихся в МДОУ «Детский сад № 40 компенсирующего вида».

Программа рассчитана на детей в возрасте от 1,5 до 7 лет. Образовательная деятельность по Программе осуществляется с учётом особенностей психофизиологического развития детей с неврологической, ортопедической и речевой патологией, их индивидуальных возможностей. Значимое место в воспитательной составляющей Программы занимает этнокультурное направление. Планирование воспитательной работы осуществляется с ориентировкой на программный материал в контексте традиций русского и Коми народов. В программе большое внимание уделяется воспитанию в детях патриотических чувств, любви к Родине, гордости за ее достижения.

Соотношение обязательной части Программы и части, формируемой участниками образовательного процесса, определено как *60 и 40 %*.

### **1.4. Значимы характеристики группы.**

**Значимые характеристики детей старших групп № 2, 3, 7** оформлены отдельным приложением.

### **1.5. Целевые ориентиры и планируемые результаты освоения программы.**

Углублять работу по укреплению здоровья детей: закаливать организм, совершенствовать ОВД, следить за осанкой во всех видах деятельности, воспитывать гигиенические привычки. Развивать самостоятельность и, творчество, формировать выразительность и грациозность движений. Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 8-10 минут. Приучать детей самостоятельно организовывать

подвижные спортивные игры. Совершенствовать психофизические качества разнообразных формах двигательной деятельности. Проводить раз в месяц физкультурные досуги. Продолжать совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

К концу года дети осваивают ходьбу и бег, сохраняют правильную осанку, ходьбу и бег. Лазают по гимнастической стенке с изменением темпа. Прыгают на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгают в обозначенное место с высоты 30 см, прыгают в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгают через короткую и длинную скакалку. Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м. в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о пол и ловить его одной рукой, отбивать мяч не менее 10 раз, в ходьбе. Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие. Перестраиваться в колонну по трое, четверо, размыкаться в колонне, шеренге, выполнять повороты, направо, на лево, кругом, равняться. Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр.

## **2. Содержательный раздел.**

### **2.2. Содержание образовательной деятельности по освоению образовательной области «Физическое развитие».**

В программе выделены оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания. Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья детей, совершенствование всех функций организма, воспитание интереса к различным видам двигательной деятельности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях. В детском саду создаются благоприятные санитарно-гигиенические условия, соблюдение режима дня, организуется полноценное питание, ежедневное пребывание на свежем воздухе, систематически во все времена года проводятся закаливающие мероприятия, ЛФК, массаж, утренняя гимнастика.

Программа предусматривает расширение двигательного опыта ребенка, последовательное обучение движениям и двигательным действиям. Важными задачами программы является воспитание физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости, силы), развитие координации движений, равновесия.

Содержание данной образовательной области включает образовательную деятельность по развитию физических качеств, по накоплению и обогащению двигательного опыта детей, по формированию у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, по овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, по воспитанию культурно-гигиенических навыков.

**Цель:** Формирование здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

#### **Задачи:**

- формировать правильную осанку.
- развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки.
- закреплять и умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног, энергично отталкиваться от опоры. Учить бегать на перегонки с преодолением препятствия.
- учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп
- учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
- учить ползать пролезать, перелезть, подлезать через предметы и на гимнастической стенке.
- учить энергично отталкиваться и приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, сохранять равновесие при приземлении. Учить прыжкам в длину с места.

- учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать и ловить мяч.
- учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнований, играм – эстафетам.

## **2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы.**

### **1. Формы работы:**

- Физкультурные занятия: в помещении, занятия в бассейне. (Физкультурное занятие на улице заменено занятием в бассейне)
- Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика, подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке, физкультминутки в середине статического занятия.
- Индивидуальная работа по развитию движений, лечебная гимнастика, массаж, самомассаж (стимуляция биологически активных точек), гимнастика после сна, пальчиковая гимнастика, сауна, тематические беседы).
- Активный отдых (физкультурные досуги и развлечения, день здоровья)
- Самостоятельная двигательная деятельность (самостоятельные подвижные и спортивные игры, самостоятельное использование физкультурного и спортивно- игрового оборудования)

### **2. Взаимодействие с семьями воспитанников**

- Родительские собрания,
- Индивидуальные и групповые консультации,
- Памятки для родителей,
- Тренинги,
- Мастер-классы,
- Неделя открытых дверей,
- Беседы,
- Посещение на дому,
- Оформление родительского уголка,
- Участие в спортивных досугах, развлечениях, дне здоровья,
- Участие в городских соревнованиях

## **3. Организационный раздел.**

### **3. 1. Циклограмма педагогической деятельности.**

<b>Дни недели</b>	<b>Вид деятельности</b>	<b>Время</b>
Понедельник 8.00-13.42	1. Утренняя гимнастика (старшая, подготовительная)	8.00-8.30
	2. Подготовка спортивного зала и оборудования к ООД.	8.30-9.00
	3. Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь).	9.00-10.30
	4. Проведение занятий (группы № 9,12,10,6)	9.25-12.00
	5. Работа с документами.	12.00-13. 42
Вторник 8.00-13.42	1. Утренняя гимнастика (старшая, подготовительная)	8.00-8.30
	2. Подготовка спортивного зала и оборудования ООД.	8.30-9.00
	3. Работа с документами.	9.00 – 9.35
	4. Проведение занятий (группы № 2,3,7,10)	9.35– 12.00

	5 Подготовка материалов для информационных стендов, консультации для воспитателей.	12.00-13.42
Среда 8.00-13.42	1. Утренняя гимнастика (старшая, подготовительная)	8.00-8.30
	2. Подготовка спортивного зала и оборудования к занятиям.	8.30-9.25
	3. Проведение занятий (группы № 6,7,14)	9.25-10.40
	4. Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь).	10.40-12.00
	4. Работа с документами, методической литературой.	12.00-13.42
Четверг 8.00-13.42	1. Утренняя гимнастика (старшая, подготовительная)	8.00-8.30
	2. Подготовка спортивного зала и оборудования к занятиям.	8.30-9.00
	3. Проведение занятия ( группа №10,12,2,3,7)	9.00-11.45
	4. Работа с методической литературой, самообразование.	12.00-13.42
Пятница 8.00-13.42	1. Утренняя гимнастика (старшая, подготовительная)	8.00-8.30
	2. Подготовка спортивного зала и оборудования к занятиям.	8.30-9.00
	3. Работа с документами.	9.00-9.40
	4. Проведение занятий (группы № 4)	9.40-9.55
	5. Работа с методической литературой, самообразование.	12.00-12.30
		12.30-13.42

### 3.2 Перспективный план образовательной деятельности.

№	Направление	Содержание деятельности	срок
1	<b>Организационная работа</b>	1. Оформление документации. 2. Проведение диагностики физического развития детей. 3. Проведение диагностики в конце года. 4. Внесение изменений в календарные планы, учитывая результаты мониторинга воспитанников, анализ двигательной деятельности ребёнка и его индивидуальных особенностей 5. Повышение самообразования по вопросам физического воспитания в ДОУ 6. Знакомство с новинками литературы по физическому воспитанию детей, пополнение фонотеки новыми аудиозаписями 7. Подготовка атрибутов для физкультурных досугов 8. Составление плана физкультурно-оздоровительной работы на летний период.	Сентябрь Сентябрь Май Ежемесячно  Апрель
2	<b>Организация детей вне образовательной деятельности</b>	1. Проведение спортивных праздников и развлечений согласно годовому плану. 2. Подготовка детей к соревнованиям (велосипедные гонки, веселые эстафеты, лыжные гонки).	Ежемесячно  По необходимости

		3. Участие в праздниках, спортивных развлечениях.	
3	<b>Работа с родителями</b>	1.Ознокомление родителей с результатами диагностики физического развития детей. 2.Выступление на родительских собраниях. 3.Участие в неделе «Открытых дверей» 4. Подготовка материалов для информационных стендов, консультации для родителей.	Октябрь, май  По необходимости Год. План Ежемесячно
4	<b>Методическая работа по взаимодействию с педагогическим составом</b>	1.Планирование образовательной деятельности по разделу «физическая культура». 2.Индивидуальные консультации с воспитателями групп. 3.заполнение тетрадей по взаимодействию со специалистами	По необходимости По необходимости Ежемесячно

### **3.3. Предметно – развивающая среда.**

Развивающая предметно-пространственная среда в МДОУ «Д/с № 40» организована с учётом таких принципов организации среды, как принцип содержательной насыщенности, принцип трансформируемости, принцип полифункциональности, принцип вариативности, принцип доступности и принцип безопасности. Пространство групп организовано в виде хорошо разграниченных зон (образовательная зона, уголки двигательной активности, уголки для сюжетно-ролевых игр, уголки ряжения, уголки для настольно-печатных игр, уголки для разнообразных видов самостоятельной деятельности детей – конструктивной, изобразительной, музыкальной, этнокультурные уголки и др.). Группы оснащены большим количеством развивающих материалов (книги, игрушки, материалы для творчества, развивающее оборудование, мягкие модули), подобранных в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями воспитанников данной группы. Все предметы доступны детям, в игровых зонах созданы условия для лёгкого преобразования игрового пространства посредством использования модулей, переносных домиков и тоннелей.Элементы предметно-пространственной среды соответствуют требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

Созданная в детском саду развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства учреждения, группы и обеспечивает условия для успешного освоения воспитанниками адаптированной образовательной программы.

**Физкультурный зал:**Оборудование соответствует полностью требованиям Программы: оснащен традиционным и нетрадиционным оборудованием. В том числе, мягкими модулями, тренажёрами и оборудованием для проведения индивидуальной и подгрупповой работы с детьми, имеющими ОВЗ.

### **3.4. Учебно –методическое обеспечение программы.**

1. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Пособие для педагогов дошкольных учреждений: В 3 Ч.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – Ч. 1: Программа «Старт». Методические рекомендации. – 320 с.



2. Программа воспитания и обучения в детском саду/ под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. – 5-е изд., испр. И доп. – М.: Мозаика – Синтез, 2007. – 208 с.
3. Современное содержание и технологии формирования культуры движений у детей дошкольного возраста: учебно-метод. Комплект / сост. Т.В. Хабарова; ГАОУ ДПО (пк) СРК «КРИРО». – Сыктывкар, 2010. – 37 с.
4. Хабарова Т.В. педагогические технологии в дошкольном образовании: сущность, особенности и условия их реализации: метод. Рекомендации / Т.В Хабарова; ГАОУ ДПО (пк) С РК «КРИРО». – Сыктывкар, 2011.- 44 с.