

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида № станицы Копанской
муниципального образования Ейский район

Принято
педагогическим советом МБДОУ
ДСКВ №1 ст-цы Копанской МО
Ейский район от 30.08. 2024 г № 4

Утверждаю
заведующий МБДОУ ДСКВ №1
ст-цы Копанской МО Ейский район
_____ Н.В. Середа

Приказ от 30.08.2024г № 138-ОД

**Рабочая программа
инструктора по физической культуре
по реализации образовательной области «Физическое развитие»
на 2024-2025 учебный год**

Разработана на основе: образовательной программы дошкольного образования
МБДОУ ДСКВ № 1ст-цы Копанской МО Ейский район на 2024-2025 учебный год
срок реализации программы – с 02.09.2024 г. по 31.08.2025 г., одногодичная

Разработал: Инструктор
по физической культуре
Гарбуз Елена Павловна

ст. Копанская, 2024 г

Содержание

Пояснительная записка	3
Цели и задачи программы	4
Планируемые результаты	4-6
Значимые характеристики особенностей развития детей	6
Система физкультурно-оздоровительной работы - двигательный режим - система закаливания	6-8
Циклограмма деятельности педагога	8-9
Особенность методического материала	9-11
Особенности организации образовательной деятельности	11-12
План воспитательной работы	13
ПРИЛОЖЕНИЕ	
Приложение 1 Перспективный план работы на учебный год	
Приложение 2 План работы с родителями	
Приложение 3 Перспективный план развлечений	

Пояснительная записка

Рабочая программа (далее – Программа) по развитию детей от 1 года до 7 лет разработана в соответствии с образовательной программой дошкольного образования МБДОУ ДСКВ № 1 ст-цы Копанской МО Ейский район (далее ДОО) на 2024-2025 учебный год и федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее ФГОС ДО).

Рабочая программа обеспечивает разностороннее развитие детей от 1 года до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по физическому направлению. Реализуемая программа строится на принципе личностно–развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми

Цели и задачи реализации рабочей программы

Цель рабочей программы: создание системы работы по физическому развитию дошкольников, обеспечивающей разностороннее и гармоничное физическое развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций.

Цель рабочей программы достигается через решение задач, обозначенных в федеральной образовательной программе дошкольного образования:

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания дошкольного образования и планируемых результатов освоения Программы;
- построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Планируемые результаты

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы в рамках образовательной области «Физическое

развитие» представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению дошкольного образования.

К трем годам:

- у ребёнка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры;
- ребёнок демонстрирует элементарные культурно-гигиенические навыки, владеет простейшими навыками самообслуживания (одевание, раздевание, самостоятельно ест и тому подобное);
- ребёнок стремится к общению со взрослыми, реагирует на их настроение;
- ребёнок проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им; играет рядом;
- ребёнок понимает и выполняет простые поручения взрослого;
- ребёнок стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;
- ребёнок способен направлять свои действия на достижение простой, самостоятельно поставленной цели; знает, с помощью каких средств и в какой последовательности продвигаться к цели;

К четырем годам:

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические движения под музыку;
- ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;
- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье.

К пяти годам:

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность;

- ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.

К шести годам:

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;

- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей.

К концу дошкольного возраста:

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;

- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пешеходных прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;

- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;

- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности, о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

- владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям.

Значимые характеристики особенностей развития детей

Возрастная группа (3-7 лет)	количество		Всего
	девочек	мальчиков	

Разновозрастная: первая-вторая раннего возраста	7	1	8
Разновозрастная группа (младшая-средняя)	14	9	24
Разновозрастная группа (старшая-подготовительная)	4	11	15

Группы здоровья воспитанников

Группа здоровья	Разновозрастная: первая-вторая раннего возраста		Разновозрастная: младшая-средняя группа		Разновозрастная старшая-подготовительная к школе группа	
	Количество детей	% от общего количества детей	Количество детей	% от общего количества детей	Количество детей	% от общего количества детей
1	5	62%	13	70%	8	12%
2	2	25%	10	20%	19	28%
3	1	13%	1	10%		
4						
5						
Тубинфицированные, тубвиражные дети						
ЧДБ						

Система закаливания

Утренняя гимнастика	В теплое время года (апрель-ноябрь) проводится на свежем воздухе В холодное время года проводится ежедневно в зале, одежда облегченная
Физкультурные занятия	Занятия проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях большинство занятий физкультурой рекомендуется организовывать на открытом воздухе.
Двигательная деятельность	Суммарный объем двигательной активности для всех возрастов не менее 1 ч в день

Режим двигательной деятельности

1 Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов		Периодичность
1	Утренняя гимнастика	Ежедневно не менее 10 минут
2	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно Младшая группа 15-20 минут

		Средняя группа 20-25 минут Старшая группа 25-30 минут Подготовительная группа 30-40 минут
2. Физкультурные занятия		
1	В спортивном зале	2 раза в неделю Младшая группа 15 минут Средняя группа 20 минут Старшая группа 25 минут Подготовительная группа 30 минут
3. Активный отдых		
1	Физкультурный праздник	2 раза в год Младшая группа - Средняя группа до 45 минут Старшая группа до 60 минут Подготовительная группа до 60 минут
2	Физкультурные досу- Игра «русская лапта»	1 раз в месяц Младшая группа 20 минут Средняя группа 20 минут Старшая группа 35-45 минут Подготовительная группа 40 минут
3	Дни здоровья	1 раз в квартал

Циклограмма инструктора по физической культуре

День/время	Форма работы	кол-во часов
Понедельник: 8.00-14.00		6 часов, с детьми 4 часа
8.05-8.15	Утренняя гимнастика в старшей- подготов. группе	
8.20-8.30	Утренняя гимнастика в подготовительной группе комп.направ.	
8.45-9.00	Проветривание зала, подготовка к занятиям	
9.00-9.10	Физическая культура в разновозрастной группе (первая -вторая раннего возраста)	
9.35-10.00	Физическая культура в старшей группе компенсирующей направленности	
11.00-11.15	Индивидуальная работа с воспитанниками разновозрастной группе (старшая-подгот)	
11.20-12.00	Работа с педагогами	
13.00-14.00	Работа с документацией	
Вторник: 8.00-14.00		6 часов, с детьми 4 часа
8.05-8.15	Утренняя гимнастика в разновозрастной группе (младшая-средняя)	
8.20-8.30	Утренняя гимнастика в старшей группе комп.направ.	
8.40-9.00	Проветривание зала, подготовка к занятиям	
9.00-9.25	Физическая культура в старшей группе .	
9.30-10.00	Физическая культура в подготовительной группе.	
10.20-10.50	Физическая культура в подготов.группе компенсирующей направленности.	
11.00-11.20	Работа с узкими специалистами	
12.00-13.00	Работа с узкими специалистами	
13.00-14.00	Работа с документацией	
Среда: 8.00-14.00		6 часов, с детьми 4 часа

9.00-9.10	Физическая культура в разновозрастной первая -вторая раннего возраста.
9.15-9.30	Физическая культура в младшей группе.
9.35-9.55	Физическая культура в средне группе.
12.00-13.00	Работа с документацией
13.30-15.30	Обновление нетрадиционного материала, подготовка к праздникам и развлечениям
15.40-16.00	Спортивное развлечение в младшей и старших группах
16.00-16.30	Спортивное развлечение в подготовительных группах
16.30-17.30	Работа с родителями
Четверг: 8.00-14.00	6 часов, с детьми 4 часа
8.05-8.15	Утренняя гимнастика в разновозрастной группе (младшая-средняя)
8.20-8.30	Утренняя гимнастика в старшей группе комп.направ.
8.30-8.40	Проветривание зала, подготовка к занятиям
9.00-9.25	Физическая культура в старшей группе компенсирующей направленности
9.35-10.00	Физическая культура в разновозрастной группе (старшая)
10.20-10.50	Индивидуальная работа с воспитанниками подготовительной группы .Игра «Русская лапта»
11.00-11.20	Работа с педагогами
11.20-12.00	Работа с педагогами
13.00-14.00	Работа с документацией
Пятница: 8.00-14.00	6 часов, с детьми 4 часа
8.05-8.15	Утренняя гимнастика в старшей-подготов. группе
8.20-8.30	Утренняя гимнастика в подготовительной группе комп.направ.
8.30-8.40	Проветривание зала, подготовка к занятиям
9.00-9.15	Физическая культура в младшей группе.
9.20-9.40	Физическая культурав разновозрастной средней группе.
10.20-10.50	Физическая культура в подготовительной группе комп.направ.
11.00-11.20	Индивидуальная работа с воспитанниками старшей группы комп.напр
12.00-13.00	Работа с узкими специалистами
13.00-14.00	Работа с документацией

Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Методические пособия

- «Региональная образовательная программа «Все про то, как мы живем» Романычева Н.В., Головач Л.В., Илюхина Ю.В.
- авторская программа «Юные казачата», Харченко И.Г.
- программа «Стань чемпионом»
- Парциальная программа раннего физического развития детей 2-7 лет, авторы Р.Н.Терехина, Е.Н.Медведева, М.: ВАРСОН, 2022

Ссылки на сайты по физкультуре для педагогов и родителей

<https://nsportal.ru/barabashi>

<https://pedportal.net/doshkolnoe-obrazovanie/fizkultura/>

<https://pedsovet.su/load/308>

Организация развивающей предметно-пространственной среды

Среда стимулирует физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование.

Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивает реализацию различных образовательных программ; учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность; учет возрастных особенностей детей.

Доступность среды создает условия для свободного доступа детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности; исправность и сохранность материалов и оборудования.

Безопасность предметно-пространственной среды обеспечивает соответствие всех ее элементов требованиям по надежности и безопасности их использования.

№	Наименование оборудования	Количество
Для физкультурного зала		
1.	Мешочки для метания с песком 120 г	20
2.	Флажки разноцветные	40
3.	Мячи резиновые	14
4.	Прыгающий мяч с ручкой (диаметр не менее 45 см)	4
5.	Игровой тоннель	1
6.	Комплект следочков ступней из мягкого линолеума	8
7.	Волейбольная сетка с регулируемой высотой	1
8.	Коррекционно-развивающий многофункциональный спортивно-игровой комплекс (горка; для профилактики плоскостопия подвесной мостик, рукоход, лесенка, сетка-паук для развития физических качеств)	1
9.	Обруч пластмассовый плоский диаметром 65 см	10
10.	Обруч пластмассовый плоский диаметром 50 см	12
11.	Обруч пластмассовый плоский диаметром 35 см	14
12.	Гантели пластмассовые с регулируемым весом	50
13.	Гимнастические палки	40
14.	Хоккейный набор (клюшка, мяч)	4
15.	Бадминтон	2
16.	Тактильная дорожка из прямых и изогнутых пластиковых элементов с выпуклой поверхностью с шипами	1
17.	Ворота хоккейные	2
18.	Скакалки	12

Детские тренажеры		
19.	Беговая дорожка детская(70 х 60 х 80 см)	1
20.	Велотренажер детский (55 х 35 х 70 см)	1
21.	Мини-твист (45 х 30 х 96 см, диаметр диска 25 см)	1

Особенности организации образовательной деятельности

Образовательная деятельность проводится в форме занятий, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная двигательная деятельность детей.

В соответствии с Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021г № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» продолжительность учебного занятия для воспитанников младшей группы не более 15 минут, средней группы – 20 минут, старшей группы 25 минут, подготовительной группы – 30 минут.

Подвижные игры, упражнения, пальчиковая гимнастика служат для развития общей и тонкой моторики, координации движений, координации речи с движением, развития подражательности и творческих способностей. Они могут быть использованы воспитателями в качестве физкультминуток в непосредственной образовательной деятельности, подвижных игр на прогулке или в свободное время во второй половине дня. Они тоже обязательно выдерживаются в рамках изучаемой лексической темы.

Организация режима пребывания детей в ДОУ

Режим дня

Особенности режима дня ДОУ в каникулярный период:

С 23 по 31 декабря 2024г. для воспитанников организовываются зимние каникулы, во время которых увеличивается время самостоятельной деятельности детей. Организуются мероприятия по подготовке и проведению зимних новогодних праздников и развлечений.

С 1 июня по 31 августа 2025г. – второй период. В летний период увеличивается продолжительность прогулок, проводятся спортивные и подвижные игры, музыкальные и спортивные часы, праздники, экскурсии и др.

На период карантинных мероприятий режим дня может быть изменен с учетом медицинских показаний. Медицинский персонал определяет возможность посещения воспитанниками карантинных групп спортивного залов, контакта со специалистами и воспитанниками других возрастных групп. Образовательная деятельность по физкультуре по рекомендации медицинского персонала может быть организована в групповом помещении.

Сетка занятости спортивного зала

	Разновозрастная первая- вторая раннего возраста (в группе)	Разновозрастная младшая-средняя группа	Разновозрастная старшая – подготовительная группа
Понедельник	9.00 -9.10		
Вторник			9.00-9.25(с) 9.30-10.00(п)
Среда	9.00-9.10	9.15-9.30. (м) 9.35-9.55 (с)	
Четверг			9.35-10.00(с) 10.20-10.50(п)
Пятница		9.00-9.15(м) 9.20-9.40(с)	

Вторая среда месяца спортивное развлечение:

Разновозрастная: младшая-средняя группа 15.40-16.00

Старшие группы 16.10-16.35

Подготовительные к школе группы 16.40-17.10

План воспитательной работы на 2024-2025 учебный год

	Мероприятия, значимые события	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Патриотическое	День защитника Отечества						+						
	День космонавтики								+				
	9-мая в сердцах поколений									+			
	Нет Родины краше, чем Россия наша										+		
	Флаг моего государства												+
	Герб моего государства				+								
	День народного единства			+									
	День солидарности в борьбе с терроризмом	+											
Социальное	День защиты детей										+		
Физическое и оздоровительное	<i>День физкультурника</i>								+				
	День здоровья		+			+			+			+	
	<i>Фестиваль кубанских игр</i>	+			+		+				+		
	Просмотр презентаций «Из истории спорта»			+				+		+			+