

Аннотация к рабочей программе инструктора по физической культуре Скиба О. В. для групп общеразвивающей направленности

Цель	Реализация Образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детский сад № 95 Невского района Санкт-Петербурга по образовательной области «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС ДО
Задачи	- Формировать начальные представления о здоровом образе жизни. - Сохранять, укреплять и охранять здоровье детей; - Повышать умственную и физическую работоспособности, предупреждать утомление. - Обеспечивать гармоничное физическое развитие, совершенствовать умения и навыки в основных видах движений, воспитать красоту, грациозность, выразительность движений, формировать правильную осанку. - Формировать потребности в ежедневной двигательной деятельности. - Развивать инициативу, самостоятельность и творчество в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. - Развивать интерес к участию в подвижных и спортивных играх, и физических упражнениях, активность в самостоятельной двигательной деятельности; интерес и любовь к спорту.
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	- 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 деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников
Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам)	Младшая группа (3-4). В младшем дошкольном возрасте дети наиболее подвижны их движения хаотично и не координированы. Задача физического воспитания в этом возрасте - развить у детей интерес к процессу движения. Главным направлением работы является создание условий для творческого освоения эталонов движения детьми в различных ситуациях. Большинство занятий направлено на освоение основных движений: ходьба, бега, прыжков, лазания, ловли и броски мяча, равновесию. Основные движения тесно

	сочетаются с подвижными играми. Эффективным приемом является описание воображаемой ситуации, в которой задействован известный персонаж «Зайка серенький сидит». Широко используется в занятиях упражнения на подражания, птичка летает, зайчик скачет. Все это создает благоприятные условия для развития двигательных навыков и физических качеств. Средняя группа (4-5 лет). Этот возраст является периодом интенсивного роста и развития ребенка. В развитии основных движений детей происходят заметные качественные изменения: возрастает естественность и легкость их выполнения. На этом фоне особое внимание уделяется индивидуальным проявлением детей к окружающей их действительности. Воспитывается устойчивый интерес к различным видам движений, к выполнению элементов выразительного образа двигательного действия. Формируются обобщенные представления о возможностях основного движения для включения его в различные виды деятельности. Особое значение приобретают совместные сюжетно - ролевые игры. Они становятся в этом возрасте ведущим видом деятельности. На пятом году жизни ребенок быстро ориентируется в новых ситуациях, в состоянии выполнять ритмически согласованные простые движения, делает большие успехи в прыжках, метании и беге, пытается осваивать более сложные движения. Краткое и доступное объяснение помогает ребёнку сознательно овладеть правильными движениями. В объяснении используются образные сравнения, так как мышление детей среднего возраста образное. Образ должен быть понятен детям. Большое значение уделяется воспитанию у детей организованности и дисциплинированности. В обучении используются разнообразные игровые упражнения и игры. Старшая группа (5-6 лет). В старшем дошкольном возрасте происходит дальнейший рост и развитие всех органов и физиологических систем. Завершается процесс формирования скелетной мускулатуры, увеличивается длина верхних и нижних конечностей, происходит окостенение позвоночника. Детям шестого года жизни доступно овладение сложными видами движений, способами их выполнения, а также некоторыми элементами техники. Во время ходьбы у большинства детей наблюдаются согласованные движения рук и ног, уверенный широкий шаг и хорошая ориентировка в пространстве. На шестом году жизни у детей значительно улучшаются показатели ловкости. Они овладевают более сложными координационными движениями, быстро приспосабливаются к изменяющимся ситуациям, сохраняют устойчивое положение тела в различных вариантах игр и
--	--

	упражнений. К шести годам дети владеют всеми способами катания, бросания и ловли, метания в цель и вдаль, совершенствуется техника выполнения ползания и лазания, бега, различных видов прыжков.
Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)	- Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ); - Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ Министерства Образования и Науки РФ от 17.10.2013 № 1155); - Примерная основная образовательная программа дошкольного образования. (Одобрена решением Федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15) - Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам дошкольного образования»; - Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций 2.4.1.3049-13 (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26) с изменениями на 27.08.2015 далее (далее СанПиН 2.4.1.3049-13 с изменениями на 27.08.2015); - ОП ДО ГБДОУ детского сада № 95 Невского района Санкт-Петербурга.
Срок реализации рабочей программы	2020-2021 учебный год (01.09.2020- 31.08.2021 года)
<u>Целевые ориентиры</u> освоения воспитанниками группы образовательной программы (по образовательной области «Физическое развитие»)	<i>Младшая группа (от 3 до 4 лет).</i> 1. Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление. 2. Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление. Темп бега в соответствии с указаниями воспитателя. 3. Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы. 4. Ползать на четвереньках, лазать по гимнастической стенке произвольным способом. 5. Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см. 6. Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мяч об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить его; метать предметы правой и левой рукой на расстоянии не менее 5 метров. <i>Средняя группа (от 4 до 5 лет).</i> 1. Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движения. 2. Лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, пролезая с одного пролета на другой.

	3. Ползать разными способами: опираясь на кисти, колени и пальцы ног, на стопы и ладони. 4. Принимать правильное исходное положение при метании; метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд. 5. Ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 метров. 6. Строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу. 7. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5м). 8. Ориентироваться в пространстве, находить левую и правую стороны. 9. Выполнять упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений. Старшая группа (от 5 до 6 лет). 1. Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп. 2. Лазать на гимнастической стенке (высота 2.5м) с изменением темпа. 3. Прыгать на мягкое покрытие (высота 20см), прыгать в обозначенное место с высоты 30см, прыгать в длину с места (не мене 80см), с разбега (не менее 100см); в высоту с разбега (не менее 40см); прыгать через короткую и длинную скакалку. 4. 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 землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6м), владеть школой мяча. 5. Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие. 6. Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом. 7. Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр; городки, бадминтон, футбол, хоккей.
--	---