

Принята
на заседании Педагогического совета
протокол от «11» сентября 2018 № 1

Утверждаю
приказ № 28-ОД от «12» 09 2018
Заведующий ГБДОУ № 50

Рабочая программа

Инструктора по физической культуре Марковой Т.В.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детского сада № 50 комбинированного вида
Колпинского района Санкт-Петербурга

Санкт-Петербург,
2018

	<i>Содержание</i>	
<i>I</i>	<i>Целевой раздел</i>	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Планируемые результаты освоения Программы.	5
<i>II</i>	<i>Содержательный раздел</i>	6
2.1	Содержание образовательной деятельности с детьми.	9
2.2	Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования	13
2.3	Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников	13
<i>III.</i>	<i>Организационный раздел</i>	14
3.1.	Структура образовательной деятельности группы	14
3.2.	Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы	14
3.3	Создание развивающей предметно - пространственной среды группы	15
3.4	Методическое обеспечение образовательной деятельности	15

1.Целевой раздел рабочей программы

1.1. Пояснительная записка

Проектирование образовательной работы с детьми 6-7 лет строится учетом нормативно – правовой базы:

- *нормативно – правовые акты Российской Федерации:*

1. "Конституция Российской Федерации" (принята всенародным голосованием 12.12.1993) ст. 43, 72

2. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (принят Государственной Думой 21 декабря 2012 года, одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 года)

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. N 1014 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования" (Зарегистрировано в Минюсте РФ 26 сентября 2013 г N 30038)

4. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 N 30384)

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 N 26 (ред. от 27.08.2015) "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"(вместе с "СанПиН 2.4.1.3049-13. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы...") (Зарегистрировано в Минюсте России 29.05.2013 N 28564)

- *локальные акты:*

1. Устав ГБДОУ №50

Программа рассчитана на детей в возрасте от 6-7/8 лет. Основной формой работы является НОД по физическому развитию:

- сюжетного типа
- игрового типа
- классического типа
- ритмическая гимнастика
- контрольно-проверочного типа
- НОД на улице

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 рожают положительные эмоции, бодрое, жизнерадостное настроение, создают определенный эмоциональный настрой у детей.

1.1.1. Цели и задачи реализации программы:

Цель	обеспечение разностороннего физического развития детей посредством организации различных форм физического воспитания.
Задачи	<p><i>Задачи воспитания и развития детей 6-8 лет:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей. 2. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей: <ul style="list-style-type: none"> - добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений; - закреплять двигательные умения и знание правил в спортивных играх и упражнениях; - закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами; - закреплять умение осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности; - развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений. 3. Развивать у детей физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость – координацию движений. 4. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
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
Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам)	<p><i>Возрастные и индивидуальные особенности детей 6-7/8 лет</i></p> <p>Движения детей 6-7/8 года жизни отличаются достаточной координацией и точностью. Дети хорошо различают скорость, направление движения, смену темпа и ритма. Растут возможности пространственной ориентировки, заметно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей этого возраста вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Нередко проявляются личные вкусы в выборе физических упражнений</p>
Основания разработки рабочей программы	образовательная программа дошкольного образования
Срок реализации рабочей программы	2018-2019 учебный год
1.1.2 Целевые ориентиры освоения воспитанниками	<i>В результате овладения программой дошкольник 6-7/8 лет:</i>

<p>группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат; - результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения, в двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость; - проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях; - проявляет постоянно самоконтроль и самооценку, стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремится к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.
---	--

2. Содержательный раздел рабочей программы

2.1. Содержание образовательной работы с детьми

Месяц	Задачи				
Сентябрь	<p><i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; в ходьбе и беге по кругу с остановкой на сигнал; в сохранении равновесия на повышенной опоре;</p> <p><i>Развивать:</i> точность при перебрасывании мяча; координацию движений в прыжке с доставанием до предмета при перепрыгивании через предметы;</p> <p><i>Закреплять:</i> перебрасывание мяча в парах и подлезание под шнур; перелезание через скамейку; прыжки на двух ногах</p>				
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров				
	<p>Физическое развитие. Ходят и бегают в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной площади опоры, ходят по гимнастической скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений: прыгают на двух ногах из обруча в обруч, перебрасывают мячи в парах двумя руками снизу, из-за головы</p> <p>Социально-коммуникативное. Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствия спортивным поражениям и радости победам, самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе в подвижных играх, уверенно анализируют их.</p> <p>Познавательное развитие. Развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве.</p> <p>Речевое. Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p>Художественно-эстетическое развитие. Вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>				
		1 неделя (1-2 занятие с г/п)	2 неделя (3-4 занятие с г/п)	3 неделя (5-6 занятие с г/п)	4 неделя (7-8 занятие с г/п)
	<i>Вводная часть</i>	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом, бег врассыпную, ходьба и бег с различным положением рук, с четким поворотом на углах; перестроение в колонну по три. Оздоровительный бег – 2 мин.			
	<i>ОРУ</i>	Без предметов	С большим мячом	С флажками	Без предметов
	Коррекционный комплекс – 2 мин.				
<i>ОВД</i>	1. Ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставным шагом с мешочком на голове 2. Прыжки на двух ногах через шнур 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом через набивные мячи. 4. Перебрасывание мячей в парах двумя руками снизу, двумя руками из-за головы	1. Прыжки с разбега с доставанием до предмета. 2. Подлезание под шнур правым и левым боком 3. Перебрасывание мячей в парах двумя способами 4. Упражнение «Крокодил» 5. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Бросание малого мяча вверх правой и левой рукой, ловля двумя руками 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками 3. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками на каждый шаг под согнутым коленом, на середине поворот	Игровые упражнения 1. «Ловкие ребята» 2. «Пингвины» 3. «Проводи мяч» Эстафеты: 1. Дорожка препятствий 2. «Быстро предай» 3. «Крокодилы»	
<i>Подвижная игра</i>	« Догони свою пару»	« Сбор картофеля»	«Совушка»		
<i>Закл. часть</i>	Точечный оздоровительный самомассаж	Коррекционный стретчинг	Релаксация « Звук леса»		
Месяц	Задачи				

Октябрь	<p><i>Учить:</i> выполнять прыжки вверх из глубокого приседа <i>Закреплять:</i> навык ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, с высоким подниманием колен, со сменой темпа движения, бег между линиями. <i>Упражнять:</i> в сохранении равновесия; прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; переползании на четвереньках с дополнительным заданием. <i>Развивать</i> координацию движений.</p>				
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров				
	<p>Физическое развитие. Ходят и бегают в колоне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходят по гимнастической скамейке прямо, приставным шагом, боком, с приседаниями, на носках, с мешочком на голове; выпрыгивают вверх из глубокого приседа; водят мяч: по прямой, сбоку, между предметами, по полу, подталкивая мяч головой, отбивают мяч от пола одной рукой; удерживают равновесие на носках, участвуют в играх с элементами спорта</p> <p>Социально-коммуникативное. Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствия спортивным поражениям и радости победам, самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе в подвижных играх, уверенно анализируют их.</p> <p>Познавательное развитие. Развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве. Знакомство с Русскими народными играми.</p> <p>Речевое. Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p>Художественно-эстетическое развитие. Выполняют физические упражнения под музыку, согласуют ритм движения с музыкальным сопровождением; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; Вводят элементы ритмической гимнастики.</p>				
		1 неделя (1-2 занятие с г/п)	2 неделя (3-4 занятие с г/п)	3 неделя (5-6 занятие с г/п)	4 неделя (7-8 занятие с г/п)
	<i>Вводная часть</i>	Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Оздоровительный бег – 2мин.			
	<i>ОРУ</i>	С обручем	На гимнастических скамейках	С мячом	Без предметов
		Коррекционный комплекс – 2мин.			
	<i>ОВД</i>	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине – присесть; боком, приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки через шнур с продвижением вперед на двух ногах. 3. Бросание малого мяча вверх, ловля двумя руками, перебрасывание в парах снизу.	1. Прыжки с высоты (40 см) 2. Отбивания мяча одной рукой на месте. 3. Ведение мяча, забрасывание его в корзину двумя руками. 4. Пролезание через 3 обруча прямо и боком в группировке.	1. Ведение мяча: по прямой, сбоку; между предметами; по полу подталкивая мяч головой. 2. Ползание по гимнастической скамье на животе прямо, подтягиваясь руками. 3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за головой с мешочком на голове; 4. Прыжки вверх из глубокого приседа.	Игровые упражнения: 1. «Проведи мяч» 2. «Кто самый меткий?» Эстафеты: 1. 1 «Кто быстрее» (ведение мяча) 2. «Мяч водящему» 3. «Ловкая пара» 4. 4. «Не задень»
	<i>Подвижная игра</i>	Русская народная игра «Гуси-лебеди»	Русская народная игра «Медведь и пчелы»	Русская народная игра «Горелки»	
	<i>Закл. часть</i>	Оздоровительный самомассаж	Релаксация « Шум деревьев»	Коррекционный стретчинг	

Ме сяц	Задачи
	<i>Учить:</i> ходьбе по канату, прыжкам через короткую скакалку, бросанию мешочков в горизонтальную цель, переходу по диагонали на другой пролет по гимнастической стенке.

<p><i>Упражнять:</i> в энергичном отталкивании в прыжках, подползании под шнур, прокатывании обручей, ползании по скамейке с мешочком на голове, равновесии.</p> <p><i>Закреплять:</i> навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, «змейкой», между предметами.</p>				
<p>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</p>				
<p>Физическое развитие. Испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности; лазают по гимнастической стенке со сменой темпа в разных направлениях (в том числе по диагонали), перелезают с одного пролета на другой в любую сторону на разных уровнях; ходят по гимнастической скамейке прямо, боком приставным шагом; с перешагиванием через предметы; с поворотами; с приседаниями; на носках; с мешочком на голове; чередуют лазание и ползание с бегом и прыжками; бросают предметы в цель из разных исходных положений, попадают в вертикальную и горизонтальную цели с расстояния 4-5 метра</p> <p>Социально-коммуникативное. Проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно используют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; достигают успеха в установлении вербальных контактов со взрослыми и ровесниками в различных видах деятельности и общении; участвуют в играх с элементами спорта</p> <p>Познавательное развитие. Развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве.</p> <p>Речевое. Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p>Художественно-эстетическое развитие. Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой</p>				
	1 неделя (1-2 занятие с г/п)	2 неделя (3-4 занятие с г/п)	3 неделя (5-6 занятие с г/п)	4 неделя (7-8 занятие с г/п)
<i>Вводная часть</i>	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную, парами, с ускорением, «змейкой», между предметами, с преодолением препятствий, по канату. Перестроение в колонну по два в движении. Оздоровительный бег – 2 мин..			
<i>ОРУ</i>	Без предметов	Без предметов (в парах)	С мячом	С кубиками
	Коррекционный комплекс – 2 мин.			
<i>ОВД</i>	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом. 2. прыжки через шнуры. 3. Эстафета «Мяч водящему» 4. Прыжки попеременно на правой и левой ноге через шнур с продвижением.	1. Прыжки через короткую скакалку с вращением ее вперед. 2. Ползание под шнуром боком, меняя высоту (опуская шнур вниз) 3. Прокатывание обручей в парах. 4. «Попади в корзину» (баскетбольный вариант, расстояние 3 метра)	1. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине. 2. Метание в горизонтальные цели (4 метра) 3. Влезание на гимнастическую стенку и переход на другой пролет по диагонали. 4. ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики.	Игровые упражнения: 1. «Перелет птиц» 2. «Лягушки и цапля» 3. «Что изменилось?» 4. «Удочка» 5. «Придумай фигуру» Эстафеты: 1. «Быстро передай» 2. «Кто быстрее доберется до флажка?» (прыжки на правой и левой ноге)
<i>Подвижная игра</i>	«Ловишка- бери ленту»	«Перелет птиц»	«Хитрая лиса»	
<i>Заключительная часть</i>	Дыхательная гимнастика «Задуй свечку».	Коррекционный стретчинг	Релаксация «Звуки леса»	

Месяц	Задачи
Ян	<i>Учить:</i> прыжкам на мягкое покрытие, метанию набивного мяча

<p><i>Закреплять:</i> перестроение из одной колонны в две по ходу движения, переползанию по скамейке</p> <p><i>Развивать:</i> ловкость и координацию в упражнениях с мячом, навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу, умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги.</p> <p><i>Повторить:</i> упражнения на равновесие на гимнастической стенке, прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед</p>				
Планируемые результаты развития целевых ориентиров				
<p>Физическое развитие. Ходят приставными шагами вперед и назад, в колонне по одному, перестраиваются в колонну по два в разных направлениях: по прямой с поворотами; «змейкой», и враспынную, по гимнастической скамейке (перешагивая через набивные мячи), по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове; прыгают через короткую скакалку с продвижением вперед; метают в вертикальную цель; выполняют правильно все виды движений</p> <p>Социально-коммуникативное. Имеют представление о необходимости движений и регулярных занятия физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расширяют представление о сохранении здоровья.</p> <p>Познавательное развитие. Развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни. Знакомство с Татарскими народными играми.</p> <p>Речевое. Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p>Художественно-эстетическое развитие. Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой</p>				
	1 неделя (1-2 занятие с г\п)	2 неделя (3-4 занятие с г\п)	3 неделя (5-6 занятие с г\п)	4 неделя (7-8 занятие с г\п)
<i>Вводная часть</i>	Ходьба в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ноги попеременно, перестроение в колонну по два, в чередовании с бегом, «змейкой», в полуприседе, враспынную. Бег «змейкой» с поворотом на сигнал, с высоким подниманием колен, подскоки. Повороты на месте. Оздоровит-ый бег – 2мин.			
<i>ОРУ</i>	С гимнастической палкой	Без предметов	В парах	С мячом
	Коррекционный комплекс – 2мин.			
<i>ОВД</i>	1. Мет-ие мешочков в в-ю цель 3м 2. Подлезание под палку (40 см.) 3. перешаг-ие через шнур (40 см.) 4. Ползание по г.ск. с мешочком на спине. 5. Отбивание мяча право и левой рукой в движении. Прыжки на правой и левой ногах через шнур «Два Мороза» Коррекционный стретчинг	1. Прыжки в длину с места 2. Прыжки в дину с разбега Ведение мяча попеременно правой и левой рукой. 4. Переползание по скамейке с мешочком на спине с чередованием в подлезанием в обруч. «Чай-чай выручай» Точечный самомассаж	1. Метание набивного мяча двумя руками из-за головы 2. Ходьба по скамейке перешагивая через набивные мячи 3. Влезание на гимнастическую стенку одноименным способом 4. Прыжки через скакалку с продвижением вперед. 5. Ходьба по канату боком с мешочком. «Ловишки в парах» Релаксация	Игровые упражнения: 1. «Ловкий хоккеист» 2. «Догони пару» 3. «Снайперы» 4. «Точный пас» Эстафеты: 1. «Ловкий хоккеист» 2. «Пронеси – не урони» 3. «Пробеги – не задень» 4. «Мяч водящему»
<i>Подв.игра Закл. часть</i>				

Месяц	Задачи
Февраль	<p><i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу, в прыжках и бросании малого мяча, ходьбе и беге с изменением направления, ползании по гимнастической скамейке, ходьбе и беге между предметами, пролезании между рейками, перебрасывании мяча в парах</p> <p><i>Закреплять:</i> ловлю мяча двумя руками, ходьбу и бег по кругу с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивании через шнуры, сохранять равновесие, правильную осанку при ходьбе по повышенной площади опоры, умение энергично отталкиваться в прыжках, пролезание в обруч</p> <p><i>Развивать:</i> ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель.</p>
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров

<p>Физическое развитие. Ходят с остановкой по сигналу, с изменением направления, между предметами, в рассыпную; перестраиваются в колонны по два, три, ходят по канату боком приставным шагом, в сочетании с другими видами движений; ползание на животе и на спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; прыгают последовательно через набивные мячи, пролезают в обруч, под гимнастической скамейкой; бросают мяч вверх и ловят его.</p> <p>Социально-коммуникативное Сохраняют равновесие и правильную осанку, участвуют в играх с элементами спорта, считаются с интересами и мнением других в игре; используют в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры; любят активный отдых; проявляют самостоятельность в выполнении правил и норм поведения. Развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни. Знакомство с Русскими народными играми.</p> <p>Речевое. Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p>Художественно-эстетическое развитие. Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой</p>				
	1 неделя (1-2 занятие с г/п)	2 неделя (3-4 занятие с г/п)	3 неделя (5-6 занятие с г/п)	4 неделя (7-8 занятие с г/п)
<i>Вводная часть</i>	Ходьба с остановкой по сигналу, с изменением направления, между предметами, в рассыпную. Бег в умеренном темпе. Перестроение в колонны по два, по три. Ходьба по канату боком, приставным шагом. Оздоровительный бег – 2мин.			
<i>ОРУ</i>	С обручем	С мячом	С гимнастической палкой	Без предметов
	Коррекционный комплекс – 2мин.			
<i>ОВД</i>	1. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. 2. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед 3. Бросание мяча вверх и ловля его после хлопка. 4. Прыжки в высоту с разбега	1. Прыжки через набивные мячи 2. Метание в горизонтальную цель (4 метра) 3. Пролезание под гимнастической скамейкой 4. Прыжки с мячом, зажатым между колен 5. Прыжки через длинную скакалку	1. Перебрасывание мячей в парах из-за головы 2. Подлезание под шнур с изменением высоты. 3. Ходьба на носках между набивными мячами, пролезание между рейками пробковой лестницы 4. Лазание по гимнастической стенке, вис	Игровые упражнения: 1. «Пробеги – не задень» 2. «По местам» 3. «Мяч водящему» 4. «Ловишки с мячом» Эстафеты: 1. Прыжковая эстафета со скамейкой 2. «Дни недели» 3. «Мяч от пола» 4. «Через тоннель» 5. «Пауки»
<i>Подвижная игра</i>	«Гори-гори ясно»	«Краски»	«Горелки»	
<i>Заклочит-ая часть</i>	Релаксация	Коррекционный стретчинг	Самомассаж	

Месяц	Задачи	
Месяц	<p>Закреплять: навыки ходьбы и бега в чередовании, перестроение в колонну по одному и по два в движении, лазание по гимнастической стенке</p> <p>Упражнять: в сохранении равновесия, энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках, беге до трех минут, ведении мяча ногой</p> <p>Развивать: координацию движений в упражнениях с мячом, ориентировку в пространстве, глазомер и точность при метании</p>	
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров	
	<p>Физическое развитие. Выполняют правильно все виды основных движений в сочетании с другими видами движений, прыгают в длину с места, пролезают в обруч разными способами, метают и лазают; активно двигают кистями при броске; соблюдают заданный темп в ходьбе и беге; умеют перестраиваться в 3, 4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета; соблюдают интервалы во время передвижения; ориентируются в пространстве</p> <p>Социально-коммуникативное Сохраняют равновесие, следят за осанкой; самостоятельны в организации все видов игр; выполняют правила и нормы поведения; испытывают</p>	

<p>интерес к народным играм, умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры, имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека</p> <p>Познавательное развитие. Развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни.</p> <p>Речевое. Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p>Художественно-эстетическое развитие. Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой</p>				
<i>Вводная часть</i>	1 неделя (1-2 занятие с г/п)	2 неделя (3-4 занятие с г/п)	3 неделя (5-6 занятие с г/п)	4 неделя (7-8 занятие с г/п)
	Ходьба и бег в чередовании, враспынную, строевые упражнения: перестроение в колонны по одному и по два в в движении. Ходьба и бег через набивные мячи, с изменением направления движения. Построение в три колонны; бег «змейкой» Оздоровительный бег – 2мин.			
<i>ОРУ</i>	С элементами аэробики	С флажками	В парах	С кеглями
	Коррекционный комплекс – 2мин.			
<i>ОВД</i>	1. Ходьба по рейке гимнастической скамейки приставным шагом прямо, руки за голову; с мешочком на голове руки на пояс. 2. Прыжки на дух ногах через канат с продвижением перед; поочередно на право и левой ноге 3. Бросание мяча вверх, ловля после хлопка и поворота кругом.	1. Прыжки в длину с места. 2. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 3. Лазание по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени. 4. Пролезание под шнур с изменением высоты. 5. Ходьба с перешагиванием реек пробковой лестницы, руки в стороны	1. Метание мячей в горизонтальную цель на очки. 2. Пролезание в обруч в парах 3. Прокатывание обручей в парах. 4. Лазание по гимнастической стенке разными способами.	Игровые упражнения: 1. «Через болото по кочкам» 2. «Ведение мяча ногой» 3. «Мяч о стенку» 4. «Быстро по местам» Эстафеты: 1. «Пингвины» 2. «Пробеги – не сбей» 3. «Мишень - корзинка» 4. «Ловкие ребята» (спрыгивание, продвижение по наклонной лестнице, скамейке на четвереньках)
<i>Подвижная игра</i>	« Мы веселые ребята»	« Бездомный заяц»	«Третий лишний»	
<i>Заключительная часть</i>	Дыхательная гимнастика	Релаксация	Коррекционный стретчинг	

Ме сяц	Задачи	
	<i>Закреплять:</i> навыки ходьбы и бега в чередовании, перестроение в колонну по одному и по два в движении, лазание по гимнастической стенке	
Ме сяц	<i>Упражнять:</i> в сохранении равновесия, энергичном отталкивании и приземление на полусогнутые ноги в прыжках, беге до трех минут, ведении мяча ногой	
	<i>Развивать:</i> координацию движений в упражнениях с мячом, ориентировку в пространстве, глазомер и точность при метании	
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров	
	<p>Физическое развитие. Выполняют правильно все виды основных движений в сочетании с другими видами движений, прыгают в длину с места, пролезают в обруч разными способами, метают и лазают; активно двигают кистями при броске; соблюдают заданный темп в ходьбе и беге; умеют перестраиваться в 3, 4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета; соблюдают интервалы во время передвижения; ориентируются в пространстве</p> <p>Социально-коммуникативное Сохраняют равновесие, следят за осанкой; самостоятельны в организации все видов игр; выполняют правила и нормы поведения; испытывают интерес к народным играм, умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры, имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека</p>	

<p>Познавательное развитие. Развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни.</p> <p>Речевое. Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p>Художественно-эстетическое развитие. Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой</p>				
<i>Вводная часть</i>	1 неделя (1-2 занятие с г/п)	2 неделя (3-4 занятие с г/п)	3 неделя (5-6 занятие с г/п)	4 неделя (7-8 занятие с г/п)
	Ходьба и бег в чередовании, враспынную, строевые упражнения: перестроение в колонны по одному и по два в в движении. Ходьба и бег через набивные мячи, с изменением направления движения. Построение в три колонны; бег «змейкой» Оздоровительный бег – 2мин.			
<i>ОРУ</i>	С элементами аэробики	С флажками	В парах	С кеглями
	Коррекционный комплекс – 2мин.			
<i>ОВД</i>	1. Ходьба по рейке гимнастической скамейки приставным шагом прямо, руки за голову; с мешочком на голове руки на пояс. 2. Прыжки на дух ногах через канат с продвижением перед; поочередно на право и левой ноге 3. Бросание мяча вверх, ловля после хлопка и поворота кругом.	1. Прыжки в длину с места. 2. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 3. Лазание по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени. 4. Пролезание под шнур с изменением высоты. 5. Ходьба с перешагиванием реек пробковой лестницы, руки в стороны	1. Метание мячей в горизонтальную цель на очки. 2. Пролезание в обруч в парах 3. Прокатывание обручей в парах. 4. Лазание по гимнастической стенке разными способами.	Игровые упражнения: 5. «Через болото по кочкам» 6. «Ведение мяча ногой» 7. «Мяч о стенку» 8. «Быстро по местам» Эстафеты: 5. «Пингвины» 6. «Пробеги – не сбей» 7. «Мишень - корзинка» 8. «Ловкие ребята» (спрыгивание, продвижение по наклонной лестнице, скамейке на четвереньках)
<i>Подвижная игра</i>	« Дед Мазай»	« Хитрая лиса»	«Выбивной»	
<i>Заключительная часть</i>	Дыхательная гимнастика	Релаксация	Коррекционный стретчинг	

Ме сяц	Задачи
Май	<p><i>Совершенствовать:</i> бег на скорость, бег со средней скоростью на выносливость (до 100 метров)</p> <p><i>Упражнять:</i> в прыжках в длину с разбега, перебрасывании мяча в парах, равновесии в прыжках, забрасывании мяча в корзину двумя руками</p> <p><i>Повторять:</i> , ведение мяча</p>
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров
	<p>Физическое развитие. бегают со средней скоростью и на скорость, могут перебрасывать набивные мячи; прыгают в длину с разбега; упражняются в статическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений; участвуют в играх с элементами спорта</p> <p>Социально-коммуникативное Сохраняют равновесие, следят за осанкой; самостоятельны в организации все видов игр; выполняют правила и нормы поведения; испытывают интерес к народным играм, умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека</p> <p>Познавательное развитие. Развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни. Знакомство с Удмуртскими народными играми.</p> <p>Речевое. Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p>

Художественно-эстетическое развитие. Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой.				
	1 неделя (1-2 занятие с г/п)	2 неделя (3-4 занятие с г/п)	3 неделя (5-6 занятие с г/п)	4 неделя (7-8 занятие с г/п)
<i>Вводная часть</i>	Повторять различные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения. Оздоровительный бег – 2мин.			
<i>ОРУ</i>	С мячом	Без предметов	С гимнастической палкой	В парах
	Коррекционный комплекс – 2мин.			
<i>ОВД</i>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг впереди и позади себя. 2. Прыжки в длину с разбега 3. Метание набивного мяча. 4. Челночный бег 4х5 метров	1. Бег на скорость 30 метров 2. Прыжки в длину с разбега 3. Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы; двумя руками от груди. 4. Ведение мяча по прямой ногой.	1. Бег со средней скоростью на расстояние 100 метров. 2. Ведение мяча и забрасывание его в корзину.	Игровые упражнения: 1. «Тюлени» 2. «Кто выше прыгнет» 3. «Мяч водящему» Эстафеты: 1. «Кто быстрее» 2. «Детский волейбол» 3. «Ловкие футболисты»
<i>Подвижная игра</i>	«Бездомный заяц»	«Бабка –Ежка»	«Быстрее по местам»	
<i>Заключительная часть</i>	Релаксация	Коррекционный стретчинг	Дыхательная гимнастика	

2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного по направлению «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	3 раза в год	1-2 недели	Сентябрь Январь Май

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

месяц	Темы	Группы	Формы работы	Дополнительная информация
IX-2018 г.	«Спортивная форма на занятиях физической культуры»	Подготовительная 4,9	Рекомендации к родительскому собранию	
X-2018 г.	«Вместе весело шагать»	Подготовительная 4,9	Совместный поход	
XI-2018 г.	«Прогулка для здоровья»	Подготовительная 4	Рекомендация	
XII-2018г.	«Правила безопасности в зимнее время»	Подготовительная 4,9	Консультация	Встреча семейного клуба Фреш»
I-2019 г.	«Идеи игр на свежем воздухе»	Подготовительная 9	Рекомендация	
II-2019 г.	« Юные защитники Отечества»	Подготовительная 4,9	Спортивный праздник	
III-2019 г.	« Как не пропустить нарушение осанки»	Подготовительная 4,9	Беседа	
IV-2019 г.	« ЗОЖ для оздоровления детей.»	Подготовительная 4,9	Анкета для родителей по вопросам укрепления здоровья ребенка	В рамках работы семейного клуба
V-2019г.	«Наши успехи»	Подготовительная группа 4,9	Фотовыставка	

3. Организационный раздел рабочей программы.

3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии
<p><u>Занятия</u> по физическому развитию 2 раза в неделю Праздники- 2 раза в год Спортивные развлечения- 1 раз в квартал Другие формы совместной деятельности- Досуги 1 раз в месяц</p>	<p>Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах</p>	<p>Технологии сохранения и стимулирования здоровья <i>Подвижные и спортивные игры</i> Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой и со средней степенью подвижности (Ежедневно для всех возрастных групп) <i>Динамические паузы (физкультминутки)</i> Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей во всех возрастных группах <i>Гимнастика пальчиковая</i> Индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. <i>Гимнастика дыхательная</i> В различных формах физкультурно-оздоровительной работы. <i>Гимнастика пробуждения</i> Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. <i>Коммуникативные игры</i> 1-2 раза в неделю по 30 мин.</p>

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

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26)

Группы	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u>
В подготовительной группе 4,9	30 минут	2 раза в неделю

3.3. Создание развивающей предметно- пространственной среды

<i>Образовательная область</i>	<i>Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды</i>	
	<i>Содержание</i>	<i>Срок (месяц)</i>
Физическое развитие	Изготовление информационного стенда	Октябрь
	Обновить картотеку сюжетных подвижных игр по всем возрастным группам	Ноябрь
	Создать картотеку общеразвивающих упражнений, сопровождающихся речитативом по всем возрастам	Ноябрь
	Обновить иллюстрационный материал к теме «Зимние забавы» (зимние виды спорта)	Декабрь
	Создать картотеку упражнений для развития и укрепления брюшного пресса по всем возрастам	Декабрь
	Обновить картотеку бессюжетных подвижных игр с использованием предметов (кегли, кольцоброс, обруч и др.)	Январь
	Создать алгоритмы обучения прыжкам в длину	Январь
	Обновить оборудование для метания в цель	Февраль
	Создать алгоритмы обучения метанию в цель	Февраль
	Обновить картотеку «дорожных» подвижных игр	Март
	Обновить картотеку упражнений и игр, направленных на профилактику нарушения осанки	Март
	Пополнить РППС зала атрибутами для сюжетных подвижных игр	Апрель
	Создать картотеку спортивных игр и упражнений по возрастам Иллюстрации летних видов спорта	Май

3.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
Физическое развитие	<p>П.П.Будинская; В.И. Васюкова; Г.П. Лескова «Общеразвивающие упражнения в детском саду» Москва «Просвещение» 1990</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 6-7 лет» М.: «Просвещение» 1986</p> <p>Л.Д. Глазырина «Физическая культура-дошкольникам. Старший возраст» М.: «Владос», 2003</p>

	<p>К.К. Утробина «Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет.» М:Издательство ГНОМ и Д 2003</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> <p>М.Ф. Литвинова « Русские народные подвижные игры» Москва «Просвещние» 1986</p>
<p>Педагогическая диагностика</p>	<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>