


Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 58 Колпинского района  
Санкт – Петербурга  
ГБДОУ детский сад № 58 Колпинского района СПб

**ПРИНЯТА**  
Педагогическим советом  
Протокол от «29» 08 2020 г. № 1

**УТВЕРЖДЕНА**  
Заведующим  
О.М. Базулько  
Приказ от «9» 08 2020 г. № 89

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
инструктора по физической культуре  
Корман Жанны Юрьевны  
для детей подготовительного дошкольного возраста (6 – 7/8 лет)  
на 2020 – 2021 учебный год

Санкт – Петербург  
2020

## **1. Целевой раздел рабочей программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Проектирование образовательной работы с детьми 6-8 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 №58

2. Образовательная программа ГБДОУ №58

Программа рассчитана на детей в возрасте от 6-8 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"> <li>1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей.</li> <li>2. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей: <ul style="list-style-type: none"> <li>- добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений;</li> <li>- закреплять двигательные умения и знание правил в спортивных играх и упражнениях;</li> <li>- закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;</li> <li>- закреплять умение осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности;</li> <li>- развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.</li> </ul> </li> <li>3. Развивать у детей физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость – координацию движений.</li> <li>4. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.</li> </ol>
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей;</li> <li>- организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей;</li> <li>- обеспечение личностно-ориентированного и деятельного подхода к физическому развитию воспитанников</li> </ul>
Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам)	<p><i>Возрастные и индивидуальные особенности детей 6-8 лет</i></p> <p>Движения детей 6-8 года жизни отличаются достаточной координированностью 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 ГБДОУ № 58 Колпинского района Санкт-Петербурга
Срок реализации рабочей программы	2020-2021 учебный год (Сентябрь 2020- июнь 2021года)
<u>1.1.2 Целевые ориентиры</u>	<i>В результате овладения программой дошкольник 6-8 лет:</i>

<p>освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников)</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат;</li><li>- результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения, в двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость;</li><li>- 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;</li><li>- 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.</li></ul>
---	---



## 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>				
	<b>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</b>				
	<p><b>Физическое развитие.</b> 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><b>Социально-коммуникативное.</b> 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><b>Познавательное развитие.</b> Развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве.</p> <p><b>Речевое.</b> Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p><b>Художественно-эстетическое развитие.</b> Вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>				
		<b>1 неделя (1-2 занятие)</b>	<b>2 неделя (3-4 занятие)</b>	<b>3 неделя (5-6 занятие)</b>	<b>4 неделя (7-8 занятие)</b>
	<i>Вводная часть</i>	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом, бег враспынную, ходьба и бег с различным положением рук, с четким поворотом на углах; бег до 1 мин.;			
	<i>ОРУ</i>	Без предметов	С большим мячом	С флажками	Без предметов
<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>	Игра м.п. «Угадай по голосу»	И.м.п. «Вершки и корешки»	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>				
	<b>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</b>				
	<p><b>Физическое развитие.</b> 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 глубоко 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><b>Социально-коммуникативное.</b> 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><b>Познавательное развитие.</b> Развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве. Знакомство с Русскими народными играми.</p> <p><b>Речевое.</b> Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p><b>Художественно-эстетическое развитие.</b> 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>				
		<b>1 неделя (1-2 занятие)</b>	<b>2 неделя (3-4 занятие)</b>	<b>3 неделя (5-6 занятие)</b>	<b>4 неделя (7-8 занятие)</b>
	<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. Бег в среднем темпе до 1,5 минут.			
	<i>ОРУ</i>	С обручем	На гимнастических скамейках	С мячом	Без предметов
<i>ОВД</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине – присесть; боком, приставным шагом с мешочком на голове.</li> <li>2. Прыжки через шнур с продвижением вперед на двух ногах.</li> <li>3. Бросание малого мяча вверх, ловля двумя руками, перебрасывание в парах снизу.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки с высоты (40 см)</li> <li>2. Отбивания мяча одной рукой на месте.</li> <li>3. Ведение мяча, забрасывание его в корзину двумя руками.</li> <li>4. Пролезание через 3 обруча прямо и боком в группировке.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ведение мяча: по прямой, сбоку; между предметами; по полу подталкивая мяч головой.</li> <li>2. Ползание по гимнастической скамье на животе прямо, подтягиваясь руками.</li> <li>3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за головой с мешочком на голове;</li> <li>4. Прыжки вверх из глубокого приседа.</li> </ol>	<p>Игровые упражнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Проведи мяч»</li> <li>2. «Кто самый меткий?»</li> </ol> <p>Эстафеты:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 1 «Кто быстрее» (ведение мяча)</li> <li>2. «Мяч водящему»</li> <li>3. «Ловкая пара»</li> <li>4. 4. «Не задень»</li> </ol>	
<i>Подвижная игра</i>	Русская народная игра «Гуси-лебеди»	Русская народная игра «Медведь и пчелы»	Русская народная игра «Горелки»		
<i>Закл. часть</i>	Игра м.п. «Леетает-не летает»	Релаксация «Шум деревьев»	Игра м.п. «Фигуры»		

Месяц	Задачи				
Ноябрь	<p><i>Учить:</i> ходьбе по канату, прыжкам через короткую скакалку, бросанию мешочков в горизонтальную цель, переходу по диагонали на другой пролет по гимнастической стенке.  <i>Упражнять:</i> в энергичном отталкивании в прыжках, подползании под шнур, прокатывании обручей, ползании по скамейке с мешочком на голове, равновесии.  <i>Закреплять:</i> навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, «змейкой», между предметами.</p>				
	<b>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</b>				
	<p><b>Физическое развитие.</b> 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><b>Социально-коммуникативное.</b> 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><b>Познавательное развитие.</b> Развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве.</p> <p><b>Речевое.</b> Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p><b>Художественно-эстетическое развитие.</b> Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой</p>				
		<b>1 неделя (1-2 занятие)</b>	<b>2 неделя (3-4 занятие)</b>	<b>3 неделя (5-6 занятие)</b>	<b>4 неделя (7-8 занятие)</b>
	<i>Вводная часть</i>	Ходьба и бег в колонне по одному, враспынную, парами, с ускорением, «змейкой», между предметами, с преодолением препятствий, по канату. Перестроение в колонну по два в движении. Бег в среднем темпе до 1,5 минут. Ходьба с выполнением заданий.			
	<i>ОРУ</i>	Без предметов	Без предметов (в парах)	С мячом	С кубиками
	<i>ОВД</i>	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом. 2. прыжки через шнуры. 3. Эстафета «Мяч водящему» 4. Прыжки попеременно на правой	1. Прыжки через короткую скакалку с вращением ее вперед. 2. Ползание под шнуром боком, меняя высоту (опуская шнур вниз) 3. Прокатывание обручей в парах.	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.	Игровые упражнения: 1. «Перелет птиц» 2. «Лягушки и цапля» 3. «Что изменилось?» 4. «Удочка»
		и левой ногой через шнур с продвижением.	4. «Попади в корзину» (баскетбольный вариант, расстояние 3 метра)	4. ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики.	5. «Придумай фигуру» Эстафеты:
		<i>Закреплять навыки и умения:</i> ходьбы с выполнением правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие. <i>Подвижная игра</i> «Ловишка- бери ленту» <i>Развивать:</i> координацию движения при ходьбе по повышенной площади опоры, гибкость <i>Упражнять:</i> в прыжках при переменном подпрыгивании на правой и левой ногах, переползании по гимнастической скамейке, лазании по гимнастической стенке, в выполнении висов. <i>Заключительная часть</i> «Задуй свечку».	м заданий по сигналу, бега с преодолением препятствий, парами, перестроения из одной колонны в два и три, соблюдения «Перелет птиц» «Хитрая лиса» по гимнастической скамейке, лазании по гимнастической стенке, в Релаксация « Звуки леса»	1. «Быстро передай» 2. «Кто быстрее доберется до флажка?» (прыжки на правой и левой ноге)	
		<b>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</b>			
	<p><b>Физическое развитие.</b> Ходят по гимнастической скамейке, приседая поочередно на одной ноге и пронося другую махом вперед (гимнастический шаг), перебрасывают мяч в парах из за головы, стоя в шеренгах отбивают мяч движениями, лазают по гимнастической стенке выполняя поворот и вис, прыгают на двух ногах через шнуры, обручи.</p>				



Месяц	<i>Задачи</i>			
<b>Январь</b>	<p><i>Учить:</i> прыжкам на мягкое покрытие, метанию набивного мяча  <i>Закреплять:</i> перестроение из одной колонны в две по ходу движения, переползанию по скамейке  <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.  <i>Повторить:</i> упражнения на равновесие на гимнастической стенке, прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед</p>			
	<b>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</b>			
	<p><b>Физическое развитие.</b> 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><b>Социально-коммуникативное.</b> 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><b>Познавательное развитие.</b> 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><b>Речевое.</b> Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p>				
<p><b>Художественно-эстетическое развитие.</b> Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой</p>				
	<b>1 неделя (1-2 занятие)</b>	<b>2 неделя (3-4 занятие)</b>	<b>3 неделя (5-6 занятие)</b>	<b>4 неделя (7-8 занятие)</b>
<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.»			
<i>ОРУ</i>	С гимнастической палкой	Без предметов	В парах	С мячом
<i>ОВД</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Метание мешочков в вертикальную цель (3 метра)</li> <li>2. Подлезание под палку (40 см.)</li> <li>3. перешагивание через шнур (40 см.)</li> <li>4. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине.</li> <li>5. Отбивание мяча право и левой рукой в движении.</li> <li>Прыжки на правой и левой ногах через шнур</li> <li>7. Перебрасывание мяча в парах от груди</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки в длину с места</li> <li>2. Прыжки в длину с разбега</li> <li>Ведение мяча попеременно правой и левой рукой.</li> <li>4. Переползание по скамейке с мешочком на спине с чередованием в подлезании в обруч.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Метание набивного мяча двумя руками из-за головы</li> <li>2. Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая через набивные мячи</li> <li>3. Влезание на гимнастическую стенку одноименным способом</li> <li>4. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед.</li> <li>5. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове</li> </ol>	<p>Игровые упражнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Ловкий хоккеист»</li> <li>2. «Догони пару»</li> <li>3. «Снайперы»</li> <li>4. «Точный пас»</li> <li>5. «Платочек»</li> </ol> <p>Эстафеты:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Ловкий хоккеист»</li> <li>2. «Пронеси – не урони»</li> <li>3. «Пробеги – не задень»</li> <li>4. «Мяч водящему»</li> <li>5. «Воевода с мячом»</li> </ol>

Месяц	<i>Задачи</i>				
<b>Февраль</b>	<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>				
	<b>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</b>				
	<p><b>Физическое развитие.</b> Ходят с остановкой по сигналу, с изменением направления, между предметами, враспынную; 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><b>Социально-коммуникативное</b> 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><b>Речевое.</b> Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p><b>Художественно-эстетическое развитие.</b> Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой</p>				
		<b>1 неделя (1-2 занятие)</b>	<b>2 неделя (3-4 занятие)</b>	<b>3 неделя (5-6 занятие)</b>	<b>4 неделя (7-8 занятие)</b>
	<i>Вводная часть</i>	Ходьба с остановкой по сигналу, с изменением направления, между предметами, враспынную. Бег в умеренном темпе до 1,5 минут. Перестроение в колонны по два, по три. Ходьба по канату боком, приставным шагом.			
	<i>ОРУ</i>	С обручем	С мячом	С гимнастической палкой	Без предметов
<i>ОВД</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.</li> <li>2. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед</li> <li>3. Бросание мяча вверх и ловля его после хлопка.</li> <li>4. Прыжки в высоту с разбега</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки через набивные мячи</li> <li>2. Метание в горизонтальную цель (4 метра)</li> <li>3. Пролезание под гимнастической скамейкой</li> <li>4. Прыжки с мячом, зажатым между колен</li> <li>5. Прыжки через длинную скакалку</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Перебрасывание мячей в парах из-за головы</li> <li>2. Подлезание под шнур с изменением высоты.</li> <li>3. Ходьба на носках между набивными мячами, пролезание между рейками пробковой лестницы</li> <li>4. Лазание по гимнастической стенке, вис</li> </ol>	<p>Игровые упражнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Пробеги – не задень»</li> <li>2. «По местам»</li> <li>3. «Мяч водящему»</li> <li>4. «Ловишки с мячом»</li> </ol> <p>Эстафеты:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжковая эстафета со скамейкой</li> <li>2. «Дни недели»</li> <li>3. «Мяч от пола»</li> <li>4. «Через тоннель»</li> <li>5. «Пауки»</li> </ol>	
<i>Подвижная игра</i>	Русская народная игра «Гори-гори ясно»	Русская народная игра «Краски»	Русская народная игра «Горелки»		

Месяц	<i>Задачи</i>			
<b>Март</b>	<p><i>Закреплять:</i> навыки ходьбы и бега в чередовании, перестроение в колонну по одному и по два в движении, лазание по гимнастической стенке</p> <p><i>Упражнять:</i> в сохранении равновесия, энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках, беге до трех минут, ведении мяча ногой</p> <p><i>Развивать:</i> координацию движений в упражнениях с мячом, ориентировку в пространстве, глазомер и точность при метании</p>			
	<b>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</b>			
	<p><b>Физическое развитие.</b> 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><b>Социально-коммуникативное</b> 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><b>Познавательное развитие.</b> Развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни.</p>			
	<p><b>Речевое.</b> Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p><b>Художественно-эстетическое развитие.</b> Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой</p>			
	<b>1 неделя (1-2 занятие)</b>	<b>2 неделя (3-4 занятие)</b>	<b>3 неделя (5-6 занятие)</b>	<b>4 неделя (7-8 занятие)</b>
<i>Вводная часть</i>	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; бег до 2,5 минут. Построение в три колонны; бег до трех минут, бег «змейкой»			
<i>ОРУ</i>	С элементами аэробики	С флажками	В парах	С кеглями
<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 двух ногах через канат с продвижением вперед; 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»
<i>Подвижная игра</i>	« Мы веселые ребята»	« Бездомный заяц»	«Третий лишний»	
<i>Заключительная часть</i>	Дыхательная гимнастика	И.м.п. «Море волнуется»	И.м.п. « Разверни круг»	(спрыгивание, продвижение по наклонной лестнице, скамейке на четвереньках)

Месяц	<i>Задачи</i>			
<b>Апрель</b>	<p><i>Закреплять:</i> ходьбу парами по ограниченной площади опоры, ходьбу по кругу во встречном направлении, ходьбу с изменением направления, бег с высоким подниманием бедра, навык ведения мяча в прямом направлении, лазание по гимнастической скамейке, метании в вертикальную цель, ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой на сигнал, лазание по гимнастической стенке одноименным способом</p> <p><i>Повторить:</i> прыжки с продвижением вперед, ходьбу и бег с ускорением и замедлением,, упражнения на сохранении равновесия, прыжки через длинную скакалку</p> <p><i>Совершенствовать</i> прыжки в длину с разбега.</p>			
	<b>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</b>			
	<p><b>Физическое развитие.</b> Могут 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 на расстояние 5-12 метров, выполняют упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; прыгают через короткую и длинную скакалку разными способами; совершенствуют технику основных движений, добываясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения</p>			
	<p><b>Социально-коммуникативное</b> 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><b>Познавательное развитие.</b> Развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни, активно участвуют в физкультурных досугах и праздниках.</p>			
	<p><b>Речевое.</b> Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p><b>Художественно-эстетическое развитие.</b> Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой</p>			
	<b>1 неделя (1-2 занятие)</b>	<b>2 неделя (3-4 занятие)</b>	<b>3 неделя (5-6занятие)</b>	<b>4 неделя(7-8занятие)</b>
<i>Вводная часть</i>	Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движения ; бег со средней скоростью до 3 минут, бег с перешагиванием через шнуры4 ходьба в рассыпную, по сигналу построение в колонну по одному, перестроение на расчет1-2.			
<i>ОРУ</i>	Без предметов	С мячом	С кеглями	С лентами
<i>ОВД</i>	1. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатом между колен. 2. Метание мешочков в горизонтальную цель. 3. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись. 4. Метание набивного мяча двумя руками из-за головы	1. Спрыгивание и впрыгивание на гимнастическую скамейку двумя ногами с продвижением. 2. Ведение мяча правой и левой рукой и забрасывание в корзину 4. Ведение мяча между предметами. Прыжки через скамейку на двух ногах с продвижением вперед 5. Прыжки в длину с разбега	1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча. 2. Лазание по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени. 3. Прыжки в длину с разбега	Игровые упражнения: 1. «Кто быстрее соберется?» 2. «Перебрось - поймай» 3. «Передал - садись» 4. «Дни недели» Эстафеты 1. «Рыбак и рыбаки» 2. «Мяч через сетку
<i>Подвижная игра</i>	« Штандер»	« Охотники»	« Волшебные елочки»	
<i>Заключительная часть</i>	Дыхательная гимнастика	Игра м.п. «У кого мяч»	И.м.п. «Угадай по голосу»	

Месяц	Задачи				
Май	<p><i>Совершенствовать:</i> бег на скорость, бег со средней скоростью на выносливость (до 100 метров)  <i>Упражнять:</i> в прыжках в длину с разбега, перебрасывании мяча в парах, равновесии в прыжках, забрасывании мяча в корзину двумя руками  <i>Повторять:</i> , ведение мяча</p>				
	<b>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</b>				
	<p><b>Физическое развитие.</b> 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><b>Социально-коммуникативное</b> 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><b>Познавательное развитие.</b> 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><b>Речевое.</b> Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p><b>Художественно-эстетическое развитие.</b> Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой.</p>				
		<b>1 неделя (1-2 занятие)</b>	<b>2 неделя (3-4 занятие)</b>	<b>3 неделя (5-6 занятие)</b>	<b>4 неделя (7-8 занятие)</b>
	<i>Вводная часть</i>	Повторять различные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения.			
	<i>ОРУ</i>	С мячом	Без предметов	С гимнастической палкой	В парах
	<i>ОВД</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг впереди и позади себя.</li> <li>Прыжки в длину с разбега</li> <li>Метание набивного мяча.</li> <li>Челночный бег 4x5 метров</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Бег на скорость 30 метров</li> <li>Прыжки в длину с разбега</li> <li>Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы; двумя руками от груди.</li> <li>Ведение мяча по прямой ногой.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Бег со средней скоростью на расстояние 100 метров.</li> <li>Ведение мяча и забрасывание его в корзину.</li> </ol>	<p>Игровые упражнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>«Тюлени»</li> <li>«Кто выше прыгнет»</li> <li>«Мяч водящему»</li> </ol> <p>Эстафеты:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>«Кто быстрее»</li> <li>«Детский волейбол»</li> <li>«Ловкие футболисты»</li> </ol>
<i>Подвижная игра</i>	«Бездомный заяц»	«Бабка –Ежка»	«Быстрее по местам»		
<i>Заключительная часть</i>	И.м.п. «Море волнуется»	И м.п «Разверни круг».	Дыхательная гимнастика		

**2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной адаптированной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников (во всех группах)**

<b>Объект педагогической диагностики (мониторинга)</b>	<b>Формы и методы педагогической диагностики</b>	<b>Периодичность проведения педагогической диагностики</b>	<b>Длительность проведения педагогической диагностики</b>	<b>Сроки проведения педагогической диагностики</b>
<b>Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"</b>	-Наблюдение	2 раза в год	1-2 недели	Сентябрь Май

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

<b>месяц</b>	<b>Темы</b>	<b>Группы</b>	<b>Формы работы</b>	<b>Дополнительная информация</b>
<b>IX-2020 г.</b>	« Спортивная форма на занятиях физической культуры»	Подготовительная А;Б	Консультация	
<b>X-2020г.</b>	« Полезные свойства фитбол мяча»	Подготовительная А; Б.	Буклет	
<b>XI-2020г.</b>	«Прогулка для здоровья»	Подготовительная А	Рекомендация	
<b>XII-2021г.</b>	«Правила безопасности в зимнее время»	Подготовительная А;Б	Консультация	
<b>I-2021г.</b>	«Идеи игр на свежем воздухе»	Подготовительная Б	Рекомендация	
<b>II-2021 г.</b>	« Юные защитники Отечества»	Подготовительная А; Б.	Спортивный праздник	
<b>III-2021 г.</b>	« Как не пропустить нарушение осанки»	Подготовительная А;Б	Беседа	
<b>IV-2021 г.</b>	« Представления и ЗОЖ-физкультурные упражнения для оздоровления часто болеющих детей.»	Подготовительная А;Б	Анкета для родителей по вопросам укрепления здоровья ребенка	
<b>V-2021 г.</b>	«Наши успехи»	Подготовительная группа А; Б.	Фотовыставка	

### 3. Организационный раздел рабочей программы.

#### 3.1. Структура реализации образовательной деятельности

<b>Совместная деятельность педагога с детьми</b>	<b>Самостоятельная деятельность детей</b>	<b>Виды деятельности, технологии</b>
<p>Занятия по физическому развитию 3 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><b>Технологии сохранения и стимулирования здоровья</b> <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> С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. <i>Гимнастика дыхательная</i> В различных формах физкультурно-оздоровительной работы с младшего возраста <i>Гимнастика пробуждения</i> Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. <i>Коммуникативные игры</i> 1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста.</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)

<b>Группы</b>	<b>Продолжительность одного занятия по физическому развитию</b>	<b>Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u></b>
В подготовительной группе А; Б	30 минут	3 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>
<b>Физическое развитие</b>	Обновить разметку зала. Пополнить картотеку схем строевых упражнений	Сентябрь
	Изготовление нетрадиционного оборудования по физкультуре из бросового материала для использования на занятиях и в играх	Октябрь
	Обновить картотеку сюжетных подвижных игр по всем возрастным группам. Создать картотеку общеразвивающих упражнений, сопровождающихся речитативом по всем возрастам	Ноябрь
	Обновить иллюстрационный материал к теме «Зимние забавы» (зимние виды спорта). Создать картотеку упражнений для развития и укрепления брюшного пресса по всем возрастам. Иллюстрации зимних видов спорта	Декабрь
	Обновить картотеку бессюжетных подвижных игр с использованием предметов (кегли, кольцоброс, обруч и др.)	Январь
	Обновить оборудование для метания в цель	Февраль
	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 (список литературы, ЭОР, др.)

<b>Образовательная область, направление образовательной деятельности</b>	<b>Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)</b>
<b>Физическое развитие</b>	П.П.Буцинская; В.И. Васюкова; Г.П. Лескова «Общеразвивающие упражнения в детском саду» Москва «Просвещение» 1990 Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 6-7 лет» М.:



	<p>«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><b>Педагогическая диагностика</b></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>