

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида №14 «Аленушка»**

Протокол заседания
Педагогического совета МБДОУ
детский сад № 14 «Аленушка»
от 30.08.2024г. г. № 1

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
детский сад № 14 «Аленушка»

_____ Е.Х. Бабасинян

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре (на воздухе)

подготовительная группа № 1 (дети 6-7 лет)

(Л.И. Пензулаева)

Разработала:
инструктор по физической культуре
Е.К. Бабаян

Ростовская область
с. Чалтырь

Пояснительная записка

Направленность программы – физическое развитие Нормативные основания разработки Рабочей программы

Данная Рабочая программа (далее - Программа) разработана в соответствии с:

Федеральный закон Российской Федерации ОТ 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 02.07.2021)"Об образовании в Российской Федерации"

- ✓ ФЗ от 31.07.2020 г. № 304 –ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ Порядок разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ, утверждённым приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809),
- ✓ СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28
- ✓ ФГОС ДО, утверждённым приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155, с изменением, внесенным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января .2019 г. № 31,
- ✓ Федеральная образовательная программа дошкольного образования (далее - ФОП), утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022г.№ 1028
- ✓ Устав МБДОУ детский сад № 14 «Аленушка»
- ✓ ОП МБДОУ детский сад № 14 «Аленушка»

Вид: Физическая культура на воздухе

Цель: -Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

-Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты,грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

-Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности,способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

-Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях,активности в самостоятельной двигательной деятельности;интереса и любви к спорту.

Задачи:

-Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

-Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. - Совершенствовать технику основных движений,добываясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

-Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

-Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. -Добиваться активного движения кисти руки при броске.

-Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

-Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

-Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

-Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

-Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

-Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ним.

-Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

-Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

-Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Принципы реализации рабочей программы:

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- принцип научной обоснованности и практической применимости (содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
- принцип культуросообразности, который обеспечивает учет национальных ценностей и традиций в образовании, образование рассматривается как процесс приобщения ребенка к основным компонентам человеческой культуры;
- соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);
- принцип единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются ключевые качества в развитии дошкольников;
- принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- принцип комплексно-тематического построения образовательного процесса;
- построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми, где основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;
- варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;

- принцип преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

Условия реализации:

- Рабочая программа реализуется в форме непрерывной образовательной деятельности (занятий). Занятие организуется 1 раз в неделю, 4 раза в месяц.
- Объем программы составляет 36 (академических) часов, занятия проводятся 1 раз в неделю по 30 минут.
- Образовательная деятельность по физическому развитию с детьми подготовительной группы осуществляется в первой половине дня в соответствии с сеткой занятий. В середине непосредственно образовательной деятельности проводятся физкультурные минутки.

Планируемые результаты:

-Сформированы основные физические качества и потребность в ежедневной двигательной активности;

-Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, метание, лазанье);

-Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см.;

прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см.;в высоту с разбега-не менее 50 см.;прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;

-Может перебрасывать набивные мячи(вес 1 кг.),бросать точно в цель из разных исходных положений,попадать в вертикальную,горизонтальную цель с расстояния 4-5 м,метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м,метать предметы в движущуюся цель;

-Выполняет физические упражнения из разных исходных позиций четко и ритмично,в заданном темпе,под музыку;

-Следит за правильной осанкой;

-Участствует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол,хоккей,настольный теннис).

Организация предметно-пространственной среды (занятия):методическая литература, дидактический –наглядный материал, спортивный инвентарь.

Содержание программы

Дата	Тема занятия	Объем в часах	Примечание
06.09.2024	Тема 1 «Занятие №3» Л.И. Пензулаева стр.11 Физическая культура в детском саду.	1 час	
13.09.2024	Тема 2 «Занятие №6» Л.И. Пензулаева стр. 14 Физическая культура в детском саду.	1 час	

20.09.2024	Тема 3 «Занятие №9» Л.И. Пензулаева стр.16 Физическая культура в детском саду.	1 час	
27.09.2024	Тема 3 «Занятие № 12» стр. 18	1 час	4 сентябрь
04.10.2024	Тема 4 «Занятие №15» Л.И. Пензулаева стр.22 Физическая культура в детском саду.	1 час	
11.10.2024	Тема 5 «Занятие №18» Л.И. Пензулаева стр.24 Физическая культура в детском саду.	1 час	
18.10.2024	Тема 6 «Занятие №21» Л.И. Пензулаева стр. 26-27 Физическая культура в детском саду.	1 час	
25.10.2024	Тема 7 «Занятие №24» Л.И. Пензулаева стр.37-38 Физическая культура в детском саду.	1 час	4 октябрь
01.11.2024	Тема 8 «Занятие №27» Л.И. Пензулаева стр.32 Физическая культура в детском саду.	1 час	
08.11.2024 15.11.2024	Тема 9 «Занятие №30» Л.И. Пензулаева стр.34 Физическая культура в детском саду.	2 часа	
22.11.2024	Тема 10 «Занятие № 36» Л.И. Пензулаева стр.39 Физическая культура в детском саду.	1 час	
29.11.2024	Тема 11 «Занятие №3» Л.И. Пензулаева стр.41-42 Физическая культура в детском саду.	1 час	5 ноябрь
06.12.2024	Тема 12 «Занятие №6» Л.И. Пензулаева стр.43-44 Физическая культура в детском саду.	1 час	
13.12.2024	Тема 13 «Занятие №9» Л.И. Пензулаева стр.46-47 Физическая культура в детском саду.	1 час	
20.12.2024	Тема 14 «Занятие №12» Л.И. Пензулаева стр.48-49 Физическая культура в детском саду.	1 час	
27.12.2024	Тема 15 «Занятие №15» Л.И. Пензулаева стр.51-52 Физическая культура в детском саду.	1 час	4 декабрь
10.01.2025	Тема 16 «Занятие №18» Л.И. Пензулаева стр.54 Физическая культура в детском саду.	1 час	
17.01.2025	Тема 17 «Занятие №21» Л.И. Пензулаева стр.56 Физическая культура в детском саду.	1 час	
24.01.2025	Тема 18 «Занятие №27» Л.И. Пензулаева стр.60-61 Физическая культура в детском саду.	1 час	
31.01.2025	Тема 19 «Занятие №30» Л.И. Пензулаева стр.62-63 Физическая культура в детском саду.	1 час	4 январь
07.02.2025	Тема 20 «Занятие №33» Л.И. Пензулаева стр.64-65 Физическая культура в детском саду	1 час	
14.02.2025	Тема 21 «Занятие №36» Л.И. Пензулаева стр.66 Физическая культура в детском саду	1 час	
21.02.2025	Тема 23 «Занятие №3» Л.И. Пензулаева стр.73-74 Физическая культура в детском саду	1 час	
28.02.2025	Тема 24 «Занятие №6» Л.И. Пензулаева стр.75-76 Физическая культура в детском саду	1 час	4 февраль

07.03.2025	Тема 25 «Занятие №9» Л.И. Пензулаева стр.78-79 Физическая культура в детском саду	1 час	
14.03.2025	Тема 26 «Занятие №12» Л.И. Пензулаева стр.80-81 Физическая культура в детском саду	1 час	
21.03.2025	Тема 27 «Занятие №15» Л.И. Пензулаева стр.82-83 Физическая культура в детском саду	1 час	
28.03.2025	Тема 28 «Занятие №18» Л.И. Пензулаева стр.84 Физическая культура в детском саду	1 час	4 март
04.04.2025 11.04.2025	Тема 29 «Занятие №21» Л.И. Пензулаева стр.86-87 Физическая культура в детском саду	2 часа	
18.04.2025 25.04.2025	Тема 30 «Занятие №24» Л.И. Пензулаева стр.88 Физическая культура в детском саду	2 часа	4 апрель
16.05.2025	Тема 31 «Занятие №27» Л.И. Пензулаева стр.90 Физическая культура в детском саду	1 час	
23.05.2025	Тема 32 «Занятие № 30» Л.И. Пензулаева стр.92.	1 час	
30.05.2025	«Занятие № 33» Л.И. Пензулаева стр. 93-95	1 час	3 май
Итого:		36 часов	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 305635189186826168010400438383193104950455390187

Владелец Бабасинян Елена Хукасовна

Действителен с 04.04.2024 по 04.04.2025