

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №1»
города Кирсанова Тамбовской области

РАССМОТРЕНА

на заседании методического
объединения педагогов дошкольного образования
Протокол №1 от 26.08.2024 года

СОГЛАСОВАНА

Методическим советом

Протокол №1 от 26.08.2024 года

УТВЕРЖДЕНА

приказом по школе

№191 от 27.08.2024 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физическому развитию

(образовательная область)

для дошкольных подготовительных групп

на 2024 – 2025 учебный год

воспитателей

Дьячковой Е.С. Рединой Н.И.

(должность, Ф.И.О. педагога, квалификационная категория)

Пояснительная записка.

Физическая культура занимает одно из ведущих мест в воспитании гармонически развитой личности. В старшем дошкольном возрасте у детей увеличивается диапазон двигательных навыков и умений, развиваются физические качества (скорость, выносливость, быстрота) появляется возможность более успешного овладения как упражнениями в их целом виде, так и отдельными элементами техники движений. Дети приобретают умение сохранять направление и равномерность бега и ходьбы; достаточно хорошо справляются с нагрузками; способны анализировать движения, что помогает им осваивать различные задания; продолжает совершенствоваться равновесие. В возрасте 6-7 лет у детей имеется определенная готовность к осознанности поставленных перед ним задач, умение оценивать ситуацию, управлять своими движениями, поэтому появляется возможность с помощью словесных указаний и объяснений сформировать у дошкольников достаточно прочные знания и умения в их двигательной деятельности.

К 6 годам у детей наблюдается повышение выносливости к осуществлению динамической работы за счет упорядочения характера мышечной активности. Расширяются способности к предварительному программированию как пространственных, так и временных параметров движения. После выполнения движений ребенок способен самостоятельно подключиться к анализу полученных результатов и установлению необходимых корректировок.

В 6 лет происходит переход к текущему контролю за точностью двигательного действия не только на базе зрительного анализатора, но и на базе мышечных ощущений. К 7 годам программирование произвольных движений и их текущий контроль осуществляется зрительно-двигательной функциональной системой на базе мышечной обратной связи. Поэтому при соответствующих условиях дошкольник может быстро достигать высокого результата в точности выполнения сложных движений.

Дети подготовительной группы могут создавать условия для двигательной деятельности на физкультурных занятиях и в повседневной жизни, организовывать не только собственную двигательную активность, но и подвижные игры, физические упражнения со своими сверстниками, с более младшими дошкольниками. На основе приобретенного опыта и знаний им становится доступным проведение утренней гимнастики со всей группой детей, творческое включение двигательных действий в сюжетно-ролевые игры.

В 6-летнем возрасте отчетливо проявляется умение выполнять движения в соответствии со средствами музыкальной выразительности. Дети могут создавать разнообразные вариации движений в зависимости от выбранного образа.

Физическое воспитание для подготовительных дошкольных групп строится на основе знаний о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях дошкольника.

Цель и задачи образовательной деятельности.

Цель: воспитание здорового, жизнерадостного, физически совершенного, гармонически и творчески развитого ребенка.
Задачи и направления физического развития в соответствии с Образовательной программой дошкольного образования, разработана в соответствии с приказом Министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г. № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования".

Приобретение опыта в следующих видах деятельности:

- двигательной, направленной на развитие координации и гибкости;
- способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук;
- связанных с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в стороны)

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.

Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни

Физическая культура:

- 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.

Целевые ориентиры:

- Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- Прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100см, с разбега – 180 см; в высоту с разбега – не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), 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 15-20 м, метать предметы в движущуюся цель; владеть школой мяча.
- Перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Сохранять правильную осанку
- Ходить на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, подниматься на горку и спускаться с нее, тормозить при спуске.
- Активно участвовать в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).
- Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность.

Режим реализации программы

Общее количество образовательных ситуаций в год	Количество непосредственно образовательных ситуаций в неделю	Длительность непосредственно образовательной	Форма организации образовательного процесса
---	--	--	---

		ситуации	
108	3	30 минут	групповая

Тематический план.

Темы развивающих образовательных ситуаций на игровой основе	Объем учебной нагрузки
Занятия в спортивном зале	72
Занятия на прогулке	36
Итого	108

Комплексно-тематическое планирование

№	Сроки проведения	Тема	Программные задачи	Дополнительное методическое обеспечение
1		Занятие 1	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр.7

			движений при переброске мяча.	
2		Занятие 2	Продолжать упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр.8
3		Занятие 3	Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр.9
4		Занятие 4	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр 10
5		Занятие 5	Продолжать упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию	Физическая культура в детском саду: Л Подготовительная

			движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.	группа.И. Пензулаева,стр.12
6		Занятие 6	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр13
7		Занятие 7	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир — кубик или кегля); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.14
8		Занятие 8	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир — кубик или кегля); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.15

			упражнение на переползание по гимнастической скамейке.	
9		Занятие 9	Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.15
10		Занятие 10	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.15
11		Занятие 11	Продолжать упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.17
12		Занятие 12	Повторить ходьбу и бег в чередовании	Физическая культура в

			по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».	детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.17
13		Занятие 13	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом,	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.19
14		Занятие 14	Продолжать закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом,	Физическая культура в детском саду:..Подготовительная группаЛ.И. Пензулаева,стр.20
15		Занятие 15	Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках.	Физическая культура в детском саду:.. Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.21
16		Занятие 16	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на	Физическая культура в детском саду: Подготовительная

			полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	группа Л.И. Пензулаева,стр.21
17		Занятие 17	Продолжать упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	Физическая культура в детском саду:. Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.22
18		Занятие 18	Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках.	Физическая культура в детском саду:. Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.23
19		Занятие 19	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.23
20		Занятие 20	Продолжать упражнять детей в ходьбе с	Физическая культура в

			высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр.25
21		Занятие 21	Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр.25
22		Занятие 22	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр.26
23		Занятие 23	Продолжать закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр.27

			опоре.	
24		Занятие 24	Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.27
25		Занятие 25	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.28
26		Занятие 26	Продолжать закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.31
27		Занятие 27	Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И.

				Пензулаева,стр.31
28		Занятие 28	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу;	Физическая культура в детском саду:. Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.31
29		Занятие 29	Продолжать упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу;	Физическая культура в детском саду: Старшая группа. Л.И. Пензулаева,стр.33
30		Занятие 30	Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.33
31		Занятие 31	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.33
32		Занятие 32	Продолжать упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; по-	Физическая культура в детском саду:.

			вторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии.	Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.35
33		Занятие 33	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.35
34		Занятие 34	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	Физическая культура в детском саду:. Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.36
35		Занятие 35	Продолжать закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.37

36		Занятие 36	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы; упражнять в выполнении заданий с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр.38
37		Занятие 1	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр.39
38		Занятие 2	Продолжать упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр.40
39		Занятие 3	Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в	Физическая культура в детском саду: Подготовительная

			продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.	группа Л.И. Пензулаева,стр.40
40		Занятие 4	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.41
41		Занятие 5	Продолжать упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.	Физическая культура в детском саду:. Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.42
42		Занятие 6	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.42
43		Занятие 7	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого	Физическая культура в детском саду: Подготовительная

			мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	группа Л.И. Пензулаева,стр.44
44		Занятие 8	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.45
45		Занятие 9	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие.	Физическая культура в детском саду:..Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.45
46		Занятие 10	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.46
47		Занятие 11	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»;	Физическая культура в детском саду: Подготовительная

			повторить упражнение в прыжках и на равновесие.	группа Л.И. Пензулаева,стр.47
48		Занятие 12	Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.	Физическая культура в детском саду:. Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.47
49		Занятие 13	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.48
50		Занятие 14	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие.	Физическая культура в детском саду:. Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.50
51		Занятие 15	Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге врассыпную; повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; провести подвижную игру	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И.

			«Два Мороза».	Пензулаева,стр.50
52		Занятие 16	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.51
53		Занятие 17	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.52
54		Занятие 18	Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробышки».	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.53
55		Занятие 19	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.53

56		Занятие 20	Продолжать упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	Физическая культура в детском саду:. Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.55
57		Занятие 21	. Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.	Физическая культура в детском саду.Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.55
58		Занятие 22	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.56
59		Занятие 23	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.56
60		Занятие 24	Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по	Физическая культура в детском саду:

			ледяной дорожке; разучить игру «По местам!».	Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.57
61		Занятие 25	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.58
62		Занятие 26	Продолжать упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.58
63		Занятие 27	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.59

64		Занятие 28	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу).	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.60
65		Занятие 29	Продолжать упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу).	Физическая культура в детском саду Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.61
66		Занятие 30	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	Физическая культура в детском саду: Старшая группа. Л.И. Пензулаева,стр.61
67		Занятие 31	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с	Физическая культура в детском саду Подготовительная группа:. Л.И. Пензулаева,стр.62

			выполнением дополнительного задания.	
68		Занятие 32	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр. 63
69		Занятие 33	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой	Физическая культура в детском саду:. Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр. 63
70		Занятие 34	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр. 64
71		Занятие 35	Продолжать упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на	Физическая культура в детском саду: Подготовительная

			четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	группа Л.И. Пензулаева,стр.65
72		Занятие 36	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.65
73		Занятие 1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.71
74		Занятие 2	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр. 72
75		Занятие 3	Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная

				группа Л.И. Пензулаева,стр. 72
76		Занятие 4	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр. 73
77		Занятие 5	Продолжать упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр. 74
78		Занятие 6	Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр. 74
79		Занятие 7	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр. 75

			опоре.	
80		Занятие 8	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.77
81		Занятие 9	Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр. 77
82		Занятие 10	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.78
83		Занятие 11	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр. 79

84		Занятие 12	Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.79
85		Занятие 13	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр. 80
86		Занятие 14	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр. 81
87		Занятие 15	Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр. 81
88		Занятие 16	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в ;	Физическая культура в детском саду:

			прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу	Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр. 82
89		Занятие 17	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в ; прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр. 83
90		Занятие 18	Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр. 83
91		Занятие 19	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр. 83
92		Занятие 20	Продолжать упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И.

				Пензулаева,стр. 85
93		Занятие 21	Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.85
94		Занятие 22	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.86
95		Занятие 23	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр. 87
96		Занятие 24	Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр. 87

97		Занятие 25	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр. 87
98		Занятие 26	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр. 88
99		Занятие 27	Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр. 89
100		Занятие 28	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр. 89

101		Занятие 29	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.90
102		Занятие 30	Упражнять детей ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр. 91
103		Занятие 31	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр.91
104		Занятие 32	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева,стр. 92
105		Занятие 33	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбеи беге	Физическая культура в детском саду:

			врассыпную; повторить задания с мячом и прыжками.	Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр. 92
106		Занятие 34	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазаньи на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр. 94
107		Занятие 35	Продолжать упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазаньи на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр. 95
108		Занятие 36**	Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа Л.И. Пензулаева, стр. 95

Диагностический инструментарий для определения уровня усвоения программного материала

Воспитатель даёт оценку в процессе наблюдений за поведением ребёнка в специально организованной деятельности.

Оценка результатов:

5 баллов - выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье). Прыгает на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляется, прыгает в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега – 180 см; в высоту с разбега – не менее 50 см; прыгает через короткую и длинную скакалку разными способами. Перебрасывает набивные мячи (вес 1 кг), бросает предметы в цель из разных исходных положений, попадает в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 метров, метает предметы правой и левой рукой на расстояние 15-20 м, метает предметы в движущуюся цель; владеет школой мяча. Перестраивается в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдает интервалы во время передвижения. Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции. Сохраняет правильную осанку. Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, подниматься на горку и спускаться с нее, тормозить при спуске. Активно участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис). Проявляет дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность.

3 - 4 балла – Выполняет почти все пункты, но нет ловкости и быстроты в движениях.

2 балла – Выполняет все пункты с помощью взрослого.

1 балл – Отказывается от ответов.

Диагностическая карта

		Физическая культура	
--	--	---------------------	--

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Умеет ходить и бегать легко, ритмично		Умеет лазать по гимнастической стенке		Владеет техникой прыжка		Выполняет упражнение на равновесие		Умеет перестраиваться в колонну по 3		Ходит на лыжах		Участует в спортивных играх		Средний балл	
		Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К
1																	
Количество баллов																	

Содержание коррекционной работы для детей с ОВЗ

Основная задача — стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма. В процессе физического воспитания наряду с образовательными и оздоровительными решаются специальные коррекционные задачи:

- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных игр-занятий, игр, эстафет.

Подвижные игры. Учитывать детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться

в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры с сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявлять творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Коррекционно-педагогическая работа с детьми с ОВЗ строится с учетом следующих принципов:

- системный подход к коррекционно-педагогической работе, который предусматривает постоянный учет взаимовлияния двигательных, речевых и психических нарушений.
- раннее начало комплексного воздействия с опорой на сохранные функции.
- организация работы в рамках ведущей деятельности с учетом закономерностей онтогенетического развития.
- наблюдение за динамикой психоречевого развития.
- сочетание различных видов и форм коррекционно-педагогической работы.
- тесное взаимодействие с семьей ребенка.

Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей в семье, в дошкольном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались общие, и коррекционные задачи. Основная задача — стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма. На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В работу включаются физические упражнения: построение в шеренгу

(вдоль линии), в колонну друг за другом, в круг; ходьба; бег, прыжки; лазанье; ползание; метание; общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Проводятся подвижные игры, направленные на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

Работа с родителями

Разъяснять родителям (на информационном стенде, на сайте учреждения, на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.

Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (плавание, лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.

Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и школе, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.

Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в учреждении (а также районе, городе).

Литература

1. Примерная федеральная общеобразовательная программа дошкольного образования, разработанной на основе федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.
2. Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа. Л.И. Пензулаева, 2014.