


муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад № 7»

Согласовано
Педагогический совет от 31.08.2023
Протокол № 2

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 7
Семенихина Е.В.
Приказ от 31.08.2023 № 101



**Рабочая программа
по реализации образовательной области
«Физическое развитие»
Физическая культура (в помещении).
на 2023 – 2024 учебный год**

Составитель программы:
Воспитатель:
Коломиец Н.Н.

г. Ростов-на-Дону
2023



1. Пояснительная записка

Рабочая программа по физическому развитию в подготовительной группе, разработана с учетом ФОП ДО и ФГОС ДО в соответствии со следующими нормативными документами:

1.1. Порядком 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),

1.2. 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,

1.3. Федеральной образовательной программой дошкольного образования (далее - ФОП), утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации 25.11.2022 г. № 1028

1.4. Основами государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно- нравственных ценностей, утверждённых Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2022, № 46, ст. 7977).

1.5. Региональной Программой развития воспитания , утвержденной Минобразования РО 10.06.2021 г. № 546.

1.6. Приказ Министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 11.12.2020. № 1028 «О областной инновационной площадке по разработке и реализации проекта « Индивидуальные траектории профессионального развития педагогов как условие повышения качества дошкольного образования»;

1.7. Приказ №3 / ФИСО – 22 от 31.01.2022 «О присвоении статуса инновационной площадки «Оценка качества STEM-образования детей дошкольного и начального общего образования» (срок реализации 31.01.2022 – 31.05.2023 гг.)

1.8. Приказ №3 / ФИСО – 22 от 31.01.2022 «О присвоении статуса инновационной площадки «Развитие компетенций в соответствии с программой kidskills и juniorskills средствами STEM-образования (проект STEM-skills)»

1.9. Приказ МКУ ОО Октябрьского района города Ростова-н-Дону от 05.06.2020г. № 227 «О реализации сетевых проектов в образовательных учреждениях Октябрьского района города Ростова-на-Дону»;

1.10. Устав МБДОУ № 7

1.11. Лицензия на осуществление образовательной деятельности (№ 5590 от 27.08.2015 г.);

2. 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.

3. Задачи:

✓ обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;

✓ развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество; формировать осознанную потребность в двигательной активности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта; физической культуре и спорте спортивных событиях и достижениях

✓ сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

✓ воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;

✓ осваивать туристские навыки; привлекать к туризму, как форме активного отдыха, формировать навыки, безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий

✓ Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

✓ Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

✓ Совершенствовать технику основных движений, добиваясь 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 перелезать 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.

4. 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.

5. Формы реализации :

Рабочая программа реализуется в форме непрерывной образовательной деятельности (занятий). Занятие организуется 2 раза в неделю, 8 раз в месяц.

6. Условия реализации:

Объем программы составляет 72 (академических) часа, занятия проводятся 2 раза 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.

7. Планируемые результаты:

- ✓ владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ✓ соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ✓ результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- ✓ проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;
- ✓ проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;
- ✓ имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- ✓ владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;

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

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

9. **Учебно-тематический план.**

Учебно-тематический план составлен в соответствии с расписанием НОД на 2023-2024 учебный год. Дни психоэмоциональной разгрузки:

С 30.10.2023 по 05.11.2023

С 25.12.2023 по 09.01.2024

С 25.03.2024 по 31.03.2024

Годовое учебно-тематическое планирование на 2023-2024 уч.г.

| Дата | Тема занятия | Объём в часах | Примечание |
|-------------------|---|---------------|------------|
| | Раздел : «Осень» | | |
| 04.09.2023 | Тема 1 «Занятие №1» Л.И.Пензулаева стр.9-10 | 1 час | |
| 07.09.2023 | Тема 2 «Занятие №2» Л.И.Пензулаева стр.10 | 1 час | |
| 11.09.2023 | Тема 3 «Занятие №4» Л.И.Пензулаева стр.11-13 | 1 час | |
| 14.09.2023 | Тема 4 «Занятие №5» Л.И.Пензулаева стр.13 | 1 час | |
| 18.09.2023 | Тема 5 «Занятие №7» Л.И.Пензулаева стр.15-16 | 1 час | |
| 21.09.2023 | Тема 6 «Занятие №8» Л.И.Пензулаева стр.16 | 1 час | |
| 25.09.2023 | Тема 7 «Занятие №10» Л.И.Пензулаева стр.16-17 | 1 час | |
| 28.09.2023 | Тема 8 «Занятие №11» Л.И.Пензулаева стр.18 | 1 час | |
| 02.10.2023 | Тема 9 «Занятие №13» Л.И.Пензулаева стр.20-21 | 1 час | |
| 05.10.2023 | Тема 10 «Занятие №14» Л.И.Пензулаева стр.21-22 | 1 час | |

| | | | |
|------------|---|-------|--|
| 09.10.2023 | Тема 11 «Занятие №16» Л.И.Пензулаева стр.22-23 | 1 час | |
| 12.10.2023 | Тема12 «Занятие №17» Л.И.Пензулаева стр.23-24 | 1 час | |
| 16.10.2023 | Тема 13 «Занятие №19» Л.И.Пензулаева стр.24-25 | 1 час | |
| 19.10.2023 | Тема 14 «Занятие №20» Л.И.Пензулаева стр.26 | 1 час | |
| 23.10.2023 | Тема 15 «Занятие №22» Л.И.Пензулаева стр.27-28 | 1 час | |
| 26.10.2023 | Тема16 «Занятие №23» Л.И.Пензулаева стр.28 | 1 час | |
| 30.10.2023 | Тема 17 «Занятие №25» Л.И.Пензулаева стр.29-32 | 1 час | |
| 02.11.2023 | Тема 18 «Занятие №26» Л.И.Пензулаева стр.32 | 1 час | |
| 09.11.2023 | Тема 19 «Занятие №28» Л.И.Пензулаева стр.32-34 | 1 час | |
| 13.11.2023 | Тема20 «Занятие №29» Л.И.Пензулаева стр.34 | 1 час | |
| 16.11.2023 | Тема 21 «Занятие №31» Л.И.Пензулаева стр.34-36 | 1 час | |
| 20.11.2023 | Тема 22 «Занятие №32» Л.И.Пензулаева стр.36 | 1 час | |
| 23.11.2023 | Тема 23 «Занятие №34» Л.И.Пензулаева стр.37-38 | 1 час | |
| 27.11.2023 | Тема24 «Занятие №35» Л.И.Пензулаева стр.38-39 | 1 час | |
| 30.12.2023 | Контрольно-диагностическое занятие по разделу «Осень» | 1 час | |
| | Раздел: «Зима.» | | |
| 04.12.2023 | Тема 26 «Занятие №1» Л.И.Пензулаева стр.40-41 | 1 час | |
| 07.12.2023 | Тема 27 «Занятие №2» Л.И.Пензулаева стр.41 | 1 час | |
| 11.12.2023 | Тема 28 «Занятие №4» Л.И.Пензулаева стр.42-43 | 1 час | |
| 14.12.2023 | Тема29 «Занятие №5» Л.И.Пензулаева стр.43 | 1 час | |
| 18.12.2023 | Тема 30 «Занятие №7» Л.И.Пензулаева стр.45-46 | 1 час | |
| 21.12.2023 | Тема 31 «Занятие №8» Л.И.Пензулаева стр.46 | 1 час | |
| 25.12.2023 | Тема 32 «Занятие №10» Л.И.Пензулаева стр.47-48 | 1 час | |
| 28.12.2023 | Тема 33 «Занятие №11» Л.И.Пензулаева стр.48 | 1 час | |
| 11.01.2024 | Тема 34 «Занятие №13» Л.И.Пензулаева стр.49-51 | 1 час | |
| 15.01.2024 | Тема 35 «Занятие №14» Л.И.Пензулаева стр.51 | 1 час | |

| | | | |
|------------|--|--------|--|
| 18.01.2024 | Тема 36 «Занятие №16» Л.И.Пензулаева стр.52-53 | 1 часа | |
| 22.01.2024 | Тема 37 «Занятие №17» Л.И.Пензулаева стр.53-54 | 1 час | |
| 25.01.2024 | Тема 38 «Занятие №19» Л.И.Пензулаева стр.54-56 | 1 час | |
| 29.01.2024 | Тема 39 «Занятие №20» Л.И.Пензулаева стр.56 | 1 час | |
| 01.02.2024 | Тема 40 «Занятие №22» Л.И.Пензулаева стр.57-58 | 1 час | |
| 05.02.2024 | Тема 41 «Занятие №23» Л.И.Пензулаева стр.58 | 1 час | |
| 08.02.2024 | Тема 42 «Занятие №25» Л.И.Пензулаева стр.59-60 | 1 час | |
| 12.02.2024 | Тема 43 «Занятие №26» Л.И.Пензулаева стр.60 | 1 час | |
| 15.02.2024 | Тема 44 «Занятие №28» Л.И.Пензулаева стр.61-62 | 1 час | |
| 19.02.2024 | Контрольно-диагностическое занятие по разделу «Зима» | 4 час | |
| 22.02.2024 | | | |
| 26.02.2024 | | | |
| 29.02.2024 | | | |
| | Раздел:«Весна.» | | |
| 04.03.2024 | Тема 45 «Занятие №29» Л.И.Пензулаева стр.62 | 1 час | |
| 07.03.2024 | Тема 46 «Занятие №31» Л.И.Пензулаева стр.63-64 | 1 час | |
| 11.03.2024 | Тема 47 «Занятие №32» Л.И.Пензулаева стр.64 | 1 час | |
| 14.03.2024 | Тема 48 «Занятие №34» Л.И.Пензулаева стр.65-66 | 1 час | |
| 18.03.2024 | Тема 49 «Занятие №35» Л.И.Пензулаева стр.66 | 1 час | |
| 21.03.2024 | Тема 50 «Занятие №1» Л.И.Пензулаева стр.72-73 | 1 час | |
| 25.03.2024 | Тема 51 «Занятие №2» Л.И.Пензулаева стр.73 | 1 час | |
| 28.03.2024 | Тема 52 «Занятие №4» Л.И.Пензулаева стр.74-75 | 1 час | |
| 01.04.2024 | Тема 53 «Занятие №5» Л.И.Пензулаева стр.75 | 1 час | |
| 04.04.2024 | Тема 54 «Занятие №7» Л.И.Пензулаева стр.76-78 | 1 час | |
| 08.04.2024 | Тема 55 «Занятие №8» Л.И.Пензулаева стр.78 | 1 час | |
| 11.04.2024 | Тема 56 «Занятие №10» Л.И.Пензулаева стр.79-80 | 1 час | |

| | | | |
|--|---|----------------|--|
| 15.04.2024 | Тема 57 «Занятие №11» Л.И.Пензулаева стр.80 | 1 час | |
| 18.04.2024 | Тема 58 «Занятие №13» Л.И.Пензулаева стр.81-82 | 1 час | |
| 22.04.2024 | Тема 59 «Занятие №14» Л.И.Пензулаева стр.82 | 1 час | |
| 25.04.2024 | Тема 60 «Занятие №16» Л.И.Пензулаева стр.83 | 1 час | |
| 06.05.2024 | Тема 61 «Занятие №17» Л.И.Пензулаева стр.84 | 1 час | |
| 13.05.2024 | Тема 62 «Занятие №19» Л.И.Пензулаева стр.84-86 | 1 час | |
| 16.05.2024 | Тема 63 «Занятие №20» Л.И.Пензулаева стр.86 | 1 час | |
| 20.05.2024 | Тема 64 «Занятие №22» Л.И.Пензулаева стр.87-88 | 1 час | |
| 23.05.2024 27.05.2024 | Контрольно-диагностическое занятие по разделу «Весна» | 1 час | |
| Всего количество часов: | | 72 часа | |

Список литературы.

- Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. — М.: Мозаика-Синтез, 2010.
- Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. — М., 2005.
- Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. — М.: Мозаика-Синтез, 2008-2010.
- Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, — М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
- Губанова Н. Ф. Игровая деятельность в детском саду. — М.: Мозаика-Синтез, 2006-2010.