

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



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 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.

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 36 (академических) часов, занятия проводятся 1 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; ребенок 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»		
01.09.2023	Тема 1 «Занятие №3» Л.И.Пензулаева стр.11	1 час	
08.09.2023	Тема 2 «Занятие №6» Л.И.Пензулаева стр.14	1 час	
15.09.2023	Тема 3 «Занятие №9» Л.И.Пензулаева стр.16	1 час	
22.09.2023	Тема 4 «Занятие №12» Л.И.Пензулаева стр.18	1 час	
29.09.2023	Тема 5 «Занятие №15» Л.И.Пензулаева стр.22	1 час	
06.10.2023	Тема 6 «Занятие №18» Л.И.Пензулаева стр.24	1 час	
13.10.2023	Тема 7 «Занятие №21» Л.И.Пензулаева стр.26	1 час	
20.10.2023	Тема 8 «Занятие №24» Л.И.Пензулаева стр.28	1 час	
27.10.2023	Тема 9 «Занятие №27» Л.И.Пензулаева стр.32	1 час	
03.11.2023	Тема 10 «Занятие №30» Л.И.Пензулаева стр.34	1 час	
10.11.2023	Тема 11 «Занятие №33» Л.И.Пензулаева стр.36	1 час	
17.11.2023	Тема 12 «Занятие №36» Л.И.Пензулаева стр.39	1 час	

24.11.2023	Контрольно-диагностическое занятие по разделу «Осень»	1 час	
	Раздел :«Зима»		
01.12.2023	Тема 13 «Занятие №3» Л.И.Пензулаева стр.41	1 час	
08.12.2023	Тема 14 «Занятие №6» Л.И.Пензулаева стр.43	1 час	
15.12.2023	Тема 15 «Занятие №9» Л.И.Пензулаева стр.46	1 час	
22.12.2023	Тема 16 «Занятие №12» Л.И.Пензулаева стр.48	1 час	
12.01.2024	Тема 17 «Занятие №15» Л.И.Пензулаева стр.51-52	1 час	
19.01.2024	Тема 18 «Занятие №18» Л.И.Пензулаева стр.54	1 час	
26.01.2024	Тема 19 «Занятие №21» Л.И.Пензулаева стр.56	1 час	
02.02.2024	Тема 20 «Занятие №24» Л.И.Пензулаева стр.58	1 час	
09.02.2024	Тема 21 «Занятие №27» Л.И.Пензулаева стр.60-61	1 час	
16.02.2024	Тема 22 «Занятие №30» Л.И.Пензулаева стр.62-63	1 час	
01.03.2024	Тема 23 «Занятие №33» Л.И.Пензулаева стр.64-65	1 час	
15.03.2024	«Занятие №36» Л.И.Пензулаева стр.66	1 час	
22.03.2024	Контрольно-диагностическое занятие по разделу «Зима»	1 час	
	Раздел: «Весна»		
29.03.2024	Тема 24 «Занятие №3» Л.И.Пензулаева стр.73	1 час	
05.04.2024	Тема 25 «Занятие №6» Л.И.Пензулаева стр.75	1 час	
12.04.2024	Тема 26 «Занятие №9» Л.И.Пензулаева стр.78	1 час	
19.04.2024	Тема 27 «Занятие №12» Л.И.Пензулаева стр.80	1 час	
26.04.2024	Тема 28 «Занятие №15» Л.И.Пензулаева стр.82	1 час	
03.05.2024	Тема 29 «Занятие №18» Л.И.Пензулаева стр.84	1 час	
17.05.2024	Тема 30 «Занятие №21» Л.И.Пензулаева стр.86	1 час	
24.05.2024	Контрольно-диагностическое занятие по разделу «Весна»	1 час	
Всего количество часов:		36 часов	

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.