

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ МО «БАГРАТИОНОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ВЛАДИМИРОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД»**

238433, п. Владимирово,
переулок Школьный, дом № 1
Багратионовский район,
Калининградская область

Тел./факс: 8(401-56)59-388
8(401-56)59-383
e-mail: romanchik.t@yandex.ru
Сайт: www.7detsad.ru

«ПРИНЯТО»
на Педагогическом совете
Протокол № 8 от «31» мая 2021 г.



«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ
«Владимировский детский сад»
Т. П. Романчик
Приказ № ОД -239
от «31» мая 2021 г.

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

5-й год обучения

Срок реализации – 1 учебный год (9 месяцев)

Разработчик программы:
Рыжова Мария Валерьевна,
старший воспитатель
высшей квалификационной категории

п. Владимирово
2021 г.

СОДЕРЖАНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН	5
III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	5
IV. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.....	15

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В основу настоящей Программы положена соответствующая образовательная область Основной общеобразовательной программы дошкольного образования МБДОУ «Владимировский детский сад», разработанной на основе Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (Приказ № 1155 Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года) с учётом нормативных документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Редакция от 24.04.2020 г.);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"";
- Письмо министерства образования Российской Федерации от 14.03.2000 № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;
- Основная общеобразовательная программа дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Владимировский детский сад» (далее - ООП ДО);
- Устав МБДОУ «Владимировский детский сад»;
- Положение о рабочей программе педагога МБДОУ «Владимировский детский сад».

Содержание предлагаемой Программы ориентирует педагога по физической культуре и воспитателей на создание условий для приобретения детьми седьмого года жизни опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе 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.)). В Программе представлены требования к уровню освоения программы, рассчитан объём образовательной нагрузки и виды образовательной работы, обозначены условия успешной реализации программы.

Цель Программы: создание условий для сохранения, укрепления и охраны здоровья детей, повышения умственной и физической работоспособности.

Задачи Программы:

- Формировать и расширять начальные представления о здоровом образе жизни, в том числе:
 - расширять представления детей о рациональном питании (объём пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим);
 - формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем;

- формировать представления об активном отдыхе, расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур;
- расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

- Способствовать обеспечению гармоничного физического развития, совершенствования умений и навыков в основных видах движений, воспитанию красоты, грациозности, выразительности движений, формированию правильной осанки. Для этого следует:

- 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 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, 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 ними.

- 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

- Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Развивать инициативу, самостоятельность и творчество в двигательной активности, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

- Развивать интерес к участию в подвижных и спортивных играх, и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту:

- Учить 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 со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты своих товарищей.

- Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

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

В результате освоения программы достижения детей 6-7 лет выражаются в следующем:

- дети умеют сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега;

- умеют перелезать с пролёта гимнастической стенки по диагонали;
- умеют быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу;
- умеют выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе;
- умеют придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.
- дети имеют представления о рациональном питании (объём пищи, последовательность её приёма, разнообразие в питании, питьевой режим);
- дети имеют представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем;
- знают правила и виды закаливания, о пользе закаливающих процедур;
- знают о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.
- Дети различают и используют в свободной деятельности спортивные игры и упражнения (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Для осуществления оценки результативности освоения программы воспитателем дважды в течение учебного года проводится мониторинг (педагогическая диагностика) – 06.09.2021 г. – 17.09.2021 г., 16.05.2022 г. – 27.05.2022 г.

II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Программа рассчитана на 1 учебный год (36 недель), всего по программе 108 часов.

Основной формой реализации программы является регламентированная образовательная деятельность продолжительностью до 30 минут 3 раза в неделю. Образовательная деятельность организуется в физкультурном зале 2 раза в неделю, на свежем воздухе 1 раз в неделю (*).

Таблица 1.

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов	Форма контроля
1	Физическая культура	108	Рефлексия, соревнования, спортивные фестивали, педагогическая диагностика.
ИТОГО:		108	

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание программы представлено в виде календарно-тематического планирования регламентированной образовательной деятельности (табл. 2)

Таблица 2.

№ п/п	Тема занятия	Программное содержание	Источник литературы
Сентябрь			
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 движений при переброске мяча	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Конспекты занятий с

			детьми 6-7 лет, 2020* стр.10-11
2.	Занятие 2	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	* стр.11
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	*стр.12
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	*стр.12-14
5.	Занятие 5	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.	*стр.14
6.	Занятие 6*	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений.	*стр.15
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.	*стр.16-17
8.	Занятие 8	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.	*стр.17
9.	Занятие 9*	Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.	*стр.17
10.	Занятие 10	Упражнять детей 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.	*стр.17-18

11.	Занятие 11	Упражнять детей 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.	*стр.19
12.	Занятие 12*	Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя; упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».	*стр.19
Октябрь			
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.	*стр.21-22
14.	Занятие 14	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	*стр.22-23
15.	Занятие 15*	Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках.	*стр.23
16.	Занятие 16	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу воспитателя; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений	*стр.23-24
17.	Занятие 17	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу воспитателя; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений	*стр.24-25
18.	Занятие 18*	Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках.	*стр.25
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.	*стр.25-26
20.	Занятие 20	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	*стр.27

21.	Занятие 21*	Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом.	*стр.27-28
22.	Занятие 22	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять детей в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	*стр.28-29
23.	Занятие 23	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять детей в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	*стр.29
24.	Занятие 24*	Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.	*стр.29-30
Ноябрь			
25.	Занятие 25	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу. Упражнять детей в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	*стр.30-33
26.	Занятие 26	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу. Упражнять детей в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	*стр.33
27.	Занятие 27*	Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	*стр.33
28.	Занятие 28	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	*стр.33-35
29.	Занятие 29	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	*стр.35
30.	Занятие 30	Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках с мячом.	*стр.35
31.	Занятие 31	Упражнять детей в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии.	*стр.35-37

32.	Занятие 32	Упражнять детей в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии.	*стр.37
33.	Занятие 33*	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом.	*стр.37-38
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.	*стр.38-39
35.	Занятие 35	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.	*Стр.39-40
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.	*стр.40
Декабрь			
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.	*стр.41-42
38.	Занятие 2	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.	*стр.42
39.	Занятие 3*	Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.	*стр.42
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.	*стр.43-44

41.	Занятие 5	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.	*стр.44
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.	*стр.44-45
43.	Занятие 7	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.	*стр.46
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.	*стр.47
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.	*стр.47-48
46.	Занятие 10	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьему»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие.	*стр.48
47.	Занятие 11	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьему»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие.	*стр.49
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.	*стр.49-50
Январь			
49.	Занятие 13	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие.	*стр.50-52
50.	Занятие 14	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие.	*стр.52
51.	Занятие 15*	Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами: ходьбе и беге врассыпную; повторить игровые упражнения	*стр.52-53

		с прыжками, скольжение по дорожке; провести подвижную игру «Два Мороза».	
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.	*стр.53-54
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.	*стр.54-55
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».	*стр.55
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.	*стр.55-57
56.	Занятие 20	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	*Стр.57
57.	Занятие 21*	Упражнять в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.	*стр.57
58.	Занятие 22	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.	* стр.58-59
59.	Занятие 23	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.	*стр.59
60.	Занятие 24*	Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам!».	*стр.59
Февраль			
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.	*стр.60-61
62.	Занятие 26	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в	*стр.61

		прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер	
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.	*стр.61-62
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).	*стр.62-63
65.	Занятие 29	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).	*стр.63
66.	Занятие 30*	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	*стр.63-64
67.	Занятие 31	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазанье на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.	*стр.64-65
68.	Занятие 32	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазанье на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.	*Стр.65
69.	Занятие 33*	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	*стр.65-66
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.	* стр.66-67
71.	Занятие 35	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	*стр.67
72.	Занятие 36*	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками.	*стр.67

Март			
73.	Занятие 1	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	*стр.73-74
74.	Занятие 2	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	*стр.74
75.	Занятие 3*	Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом	*стр.74-75
76.	Занятие 4	Упражнять в ходьбе в колонне по одному беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.	*стр.75-76
77.	Занятие 5	Упражнять в ходьбе в колонне по одному беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.	*стр.76
78.	Занятие 6	Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.	*стр. 80
79.	Занятие 7	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.	*стр. 81
80.	Занятие 8	Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.	*стр. 82
81.	Занятие 9	Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	*стр. 83
82.	Занятие 10	Упражнять в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.	*стр. 83
83.	Занятие 11	Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; в ползании на четвереньках, в равновесии.	*стр. 84
84.	Занятие 12	Упражнять в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками.	*стр. 85
Апрель			
85.	Занятие 13	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	*стр.82-83
86.	Занятие 14	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	*стр.83
87.	Занятие 15*	Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.	*стр.83-84

88.	Занятие 16	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.	*стр.84
89.	Занятие 17	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.	*стр.85
90.	Занятие 18*	Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках.	*стр.85
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.	*стр.85-87
92.	Занятие 20	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	*Стр.87
93.	Занятие 21*	Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии.	*стр.87-88
94.	Занятие 22	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	*Стр.88-89
95.	Занятие 23	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	*стр.89
96.	Занятие 24*	Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.	*стр.89
Май			
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.	*стр.89-90
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.	*стр.90-91
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.	*стр.91
100	Занятие 28	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.	*стр.91-92
101	Занятие 29	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.	*стр.92

102	Занятие 30*	Упражнять детей ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.	*стр.93
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.	*стр.93
104	Занятие 32	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.	*Стр.94
105	Занятие 33*	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге врассыпную; повторить задания с мячом и прыжками.	*стр.94-96
106	Занятие 34	Упражнять детей 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.	*Стр.96-97
107	Занятие 35	Упражнять детей 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.	*стр.97
108	Занятие 36*	Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом.	*стр.97

IV. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Вариативные формы, способы, методы реализации программы

Формы: образовательная деятельность (занятия), спортивное соревнование, физкультурный досуг, развлечение, день здоровья.

Способы: игровая деятельность, и т.д.

Средства: физкультурное оборудование, спортивный инвентарь.

Методы:

1.Наглядные: демонстрация, показ, рассматривание, наблюдение.

2.Словесные: объяснение, указания, анализ, убеждение, побуждение.

3.Практические: отработка основных видов движений, подвижные, малоподвижные игры, спортивные игры.

1. Методические пособия

- Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: подготовительная к школе группа (6-7 лет).
- Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.

- Федорова С.Ю. ФГОС «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 6-7 лет». Подготовительная к школе группа.
- Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э.Я. Степаненкова.
- Губанова Н.Ф. Развитие игровой деятельности. Подготовительная к школе группа (6-7 лет).

2. Наглядно-дидактические пособия.

- Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь».
- Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня».
- Серия «Расскажите детям о ...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».
- Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».

Основное учебное оборудование.

Физкультурный (музыкальный) зал, скамейки гимнастические, шведская стенка, дуги для подлезания, спортивный набор «Кочки, кегли в держателе, конус с отверстиями, островки (набор спортивный), скакалки, эстафетные палочки, дорожки координационные, мягкие модули, маты 1,2*0,8 м, игра хоккейный набор, мяч d250, канат 6 м, обруч пластмассовый средний 65 см, мешочек с песком 300 г., мешочек с песком 350 г., мяч рога 45 см (фитбол), мяч массажный с шипами, палки гимнастические 71 см.