муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад № 229»
(МБДОУ №229)

2-я Краснодарская ул., 82 ***тел./факс: (863) 266-75-47***
г. Ростов-на-Дону, 344091 ***E-mail: mdoy_229@mail.ru***
ОКПО 44857983 ОГРН 1026104372051
ИНН/КПП 6168099047/616801001

Трилисова Татьяна Михайловна

Подписано цифровой подписью: Трилисова Татьяна Михайловна
Дата: 2022.12.21 10:51:24 +03'00'

Согласовано:
Протокол №1
Педагогического совета
от 30 августа 2022г.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №229
_____Т.М. Трилисова
Приказ № 83 от 30.08.2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ПО ФИЗКУЛЬТУРНЫМ ЗАНЯТИЯМ НА ВОЗДУХЕ
для детей 5-6 лет (старшая группа) группа № 6 «Мозайка»
(в рамках УМК программы «От рождения до школы»)
под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Авторы-составители:

Рейдина Л.А. - воспитатель

Елецкая Е.Н. - воспитатель

2022 – 2023г.
г. Ростов-на-Дону

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена с учетом основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Направленность программы – Физическое развитие.

Цель:

Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.

Задачи:

1. Укрепление и охрана здоровья ребенка, закаливание организма;
2. Достижение полноценного физического развития (телосложения, физической и умственной работоспособности ребенка);
3. Создание условий для целесообразной двигательной активности детей;
4. Формирование жизненно необходимых видов двигательных действий: ходьбы, бега, прыжков, ползания и лазания, бросания, ловли и метания;
5. Формирований широкого круга игровых действий;
6. Развитие физических (двигательных) качеств: ловкости, выносливости, скоростно-силовых качеств;
7. Формирование доступных представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями и играми, обоснованных гигиенических требованиях и правилах;
8. Воспитание интереса к активной деятельности и потребности в ней.

Подвижные игры:

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения на спортивной площадке.

Объем программы:

- составляет 36 (академических) часов, занятия проводятся 1 раз в неделю по 25 минут. В месяц – 4 занятия, в год – 36 занятий.

Образовательная деятельность осуществляется во второй половине дня в соответствии с расписанием.

Формы реализации:

Формы организации физического воспитания в ДОУ представляют оздоровительно-образовательный комплекс, в основе которого находятся физкультурная организованная деятельность, физкультурно-оздоровительные мероприятия, повседневная работа по физическому воспитанию.

Условия реализации:

Рабочая программа обеспечена методическим пособием «Физическая культура в детском саду», под редакцией Л.И. Пензулаевой, «Малоподвижные игры и игровые упражнения», под редакцией М.М. Борисовой, «Сборник подвижных игр», под редакцией Э.Я. Степаненковой с подробным описанием вариантов проведения каждого занятия. Пространственно-предметная среда группы включает в себя интерактивный комплекс (ноутбук «Acer», проектор «VIVITEK 525ST», интерактивная доска «SMART Board 660»), электронный методический банк (презентации, демонстрационный материал, картинки)

Педагогическая диагностика:

Диагностическое обследование по физической культуре проводится по «Системе мониторинга достижений детьми планируемых и итоговых результатов освоения программы «От рождения до школы»» под редакцией Н.Е. Веракса, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Методы и приемы:

- игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),
- сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений),
- по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

Планируемые результаты:

В конце учебного года, дети должны овладеть знаниями в области физической культуры:

Уметь:

- Выполнять правильно все виды основных движений;
- Прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;
- Перебрасывать набивные мячи, бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния А-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель;
- Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, по словесной инструкции;
- Следить за правильной осанкой;
- Участвовать в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол) и знать правила игры.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ПЛАН

Месяц	**№**	**Название темы**	**Дата**
Сентябрь	1.	Мониторинг.	06.09.2022
	2.	Мониторинг.	13.09.2022
	3.	Мяч по кругу	20.09.2022
	4.	Мы веселые ребята	27.09.2022
Октябрь	5.	Эстафета	04.10.2022
	6.	Мышеловка	11.09.2022
	7.	Голова и хвост дракона	18.10.2022
	8.	Встречные перебежки	25.10.2022
Ноябрь	9.	Найди себе пару	02.11.2022
	10.	Наседка и цыплята	08.11.2022
	11.	Ловишка, бери ленту	15.11.2022
	12.	Перебрось мяч через сетку	22.11.2022
	13.	Футбол	29.11.2022
Декабрь	14.	Медведь и пчелы	06.12.2022
	15.	Кот и мыши	13.12.2022
	16.	Лиса и зайцы	20.12.2022

	17.	Ловля обезьян	27.12.2022
Январь	18.	Снежки	10.01.2023
	19.	Мяч водящему	17.01.2023
	20.	Два мороза	24.01.2023
	21.	Хоккей	31.01.2022
Февраль	22.	Снежки	07.02.2023
	23.	Санный поезд	14.02.2023
	24.	Охотники и звери	21.02.2023
	25.	Сюжетное занятие «Взятие снежной крепости»	28.02.2023
Март	26.	Мы веселые ребята	07.03.2023
	27.	Сюжетное занятие «Грачи прилетели»	14.03.2023
	28.	Лиса в курятнике	21.03.2023
	29.	Ловишки с мячом	28.03.2023
Апрель	30.	Лягушки и цапля	04.04.2023
	31.	Чье звено быстрее соберется	11.04.2023
	32.	Поменяйся местами	18.04.2023
	33.	Круговая лапта	25.04.2023
Май	34.	Городки	02.05.2023
	35.	Итоговое занятие: Эстафета «Выше, быстрее, сильнее»	16.05.2023
	36.	Мониторинг.	23.05.2023
	37.	Мониторинг.	30.05.2023

Технические средства обучения:

- Музыкальный центр
- Аудиозаписи

Учебно-практическое оборудование:

- Мяч волейбольный
- Мяч резиновый
- Мяч футбольный
- Мяч ПВХ
- Секундомер
- Скакалка
- Мяч баскетбольный
- Мяч надувной («Пони»)
- Канат для лазанья
- Кегли
- Обручи детские
- Щит баскетбольный тренировочный
- Сетка волейбольная
- Корзины для переноски и хранения мячей

Электронные ресурсы:

- http://www.maam.ru/
- http://dovosp.ru/

- http://argonika.su/
- http://www.prosv.ru/
- http://www.drofa.ru/
- http://chitariki.ru/index.php/2011-01-19-12-46-15

Список литературы:

1. УМК «От рождения до школы». Основная образовательная программа дошкольного образования / под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.
2. Пензулаева Л.И., «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-6 лет». – М.: Гуманит изд.центр ВЛАДОС, 2000.
3. Сулим Е.В., «Зимние занятия по физкультуре с детьми», изд. «Сфера образования», 2011
4. Фролов, В.Г., Юрко Г.П. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста. - М., 1983.