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 14:03:37 +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)
(в рамках УМК программы «От рождения до школы»)
под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Авторы-составители:
Воспитатели:
Скрипник И.И.
Лобачева Т.А.

2022 – 2023г.

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.	05.09.22г.
	2.	Мониторинг.	12.09.22г.
	3.	Мяч по кругу	19.09.22г.
	4.	Мы веселые ребята	26.09.22г.
Октябрь	5.	Эстафета	03.10.22г.
	6.	Мышеловка	10.10.22г.
	7.	Голова и хвост дракона	17.10.22г.
	8.	Встречные перебежки	24.10.22г.
Ноябрь	9.	Найди себе пару	07.11.22г.
	10.	Наседка и цыплята	14.11.22г.
	11.	Ловишка, бери ленту	21.11.22г.
	12.	Перебрось мяч через сетку	28.11.22г.
Декабрь	13.	Медведь и пчелы	05.12.22г.
	14.	Кот и мыши	12.12.22г.
	15.	Лиса и зайцы	19.12.22г.
	16.	Ловля обезьян	26.12.22г.
Январь	17.	Снежки	06.01.23г.
	18.	Мяч водящему	16.01.23г.
	19.	Два мороза	23.01.23г.
	20.	Снежки	30.01.23г.
Февраль	21.	Санный поезд	06.02.23г.
	22.	Охотники и звери	13.02.23г.
	23.	Сюжетное занятие «Взятие снежной крепости»	20.02.23г.
	24.	Мы веселые ребята	27.02.23г.
Март	25.	Сюжетное занятие «Грачи прилетели»	06.03.23г.
	26.	Лиса в курятнике	13.03.23г.
	27.	Ловишки с мячом	20.03.23г.
	28.	Лягушки и цапля	27.03.23г.
Апрель	29.	Чье звено быстрее соберется	03.04.23г.
	30.	Поменяйся местами	10.04.23г.
	31.	Круговая лапта	17.04.23г.
	32.	Футбол	24.04.23г.
Май	33.	Городки	08.05.23г.
	34.	Итоговое занятие: Эстафета «Выше, быстрее, сильнее»	15.05.23г.
	35.	Мониторинг.	22.05.23г.
	36.	Мониторинг.	29.05.23г.

В связи с каникулярным временем, календарными праздниками, количество занятий сокращено. В связи с этим занятие «Городки» от 08.05.23г. перенесено на 15.05.23г.

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.