

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Прохладенская основная общеобразовательная школа»

Рассмотрено на
заседании методического объединения
Протокол № 1 от 29 августа 2023 г.
Председатель МО
/ Н.П.Салтановская /

Утверждено приказом
№ 59 от 30 августа 2023 г.
Директор школы
/ А.А. Крючкова /

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
основной общеобразовательной программы
дошкольного отделения муниципального
бюджетного общеобразовательного учреждения
«Прохладенская основная общеобразовательная
школа»
область «Физическое развитие»
4 год освоения

Составитель:
Тамашаускене Елена Васильевна

п. Прохладное
2023 г.

Содержание разделов

1. Пояснительная записка
2. Планируемые результаты освоения модуля
3. Содержание программы
4. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

1. Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие» (Физическая культура) для детей 4 года обучения (группы общеразвивающей направленности от 6 до 7 лет).

Программа разработана в соответствии с ООП МБОУ «Прохладненская ООШ» с учетом Примерной основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. и предусмотрена для организации образовательной деятельности с детьми в возрасте от 6 до 7 лет.

Методы:

- показ в сочетании с объяснением, частичный показ движений, показ некоторых упражнений ребенком, указания, анализ, оценка движений ребенка, оценка движений товарища и элементарная самооценка;
- рассматривание физкультурных пособий;
- беседы, чтение детской художественной литературы, рассматривание картин, фотографий, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций о различных физических упражнениях, видах спорта, спортсменах разного возраста;
- дидактические игры, моделирующие структуру основного движения

Основная форма реализации данной программы – физкультурное занятие - 3 раза в неделю по 30 минут, в совместной деятельности, в режимных моментах.

Цель: воспитание детей здоровыми, крепкими, закаленными.

Задачи:

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 ними.
- 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. Подвижные игры. 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 товарищей.

2. Планируемые результаты освоения программы

- Ребенок активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.
- Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других. Адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.
- Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.
- Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры.
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.
- Проявляет ответственность за начатое дело.
- Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.
- Двигается под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства.
- С интересом участвует в подвижных играх.
- Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

3. Содержание программы

Тематический план

№ занятия	Задачи	Источник	Кол-во занятий
1 (на воздухе)	Содействовать овладению основными видами движений: бег колонной по одному в умении переходить с бега на ходьбу в сохранении равновесия, развитию точности движений при переброске мяча, воспитанию дружелюбия.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 11	1
2-3	Содействовать овладению основными видами движений: катать обручи; прыгать на двух ногах из обруча в обруч, лежащих на полу; пролезать в обруч боком без помощи рук; надевать обручи, лежащие на полу, на себя сверху вниз через голову; развитию ловкости, наблюдательности, внимания, глазомера; воспитанию силы воли.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 10-11	2
4(на воздухе)	Содействовать овладению основными видами движений: равномерный бег и бег с ускорением, в прокатывании обручей, развитию ловкости и глазомера, точности движения;	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 11	1

	воспитанию игрового взаимодействия друг с другом .		
5-6	Содействовать овладению основными видами движений ходьбе по канату, по гимнастической скамейке, прыжкам в длину; развитию координации, ориентации в пространстве, выносливости, воспитанию дружеских отношений.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 13-14	2
7(на воздухе)	Содействовать овладению умению ходить и бегать с изменением направления движения, упражнять в поворотах прыжкам на месте , повторить прыжки на правой и левой ноге огибая предметы; развитию быстроты и ловкости; воспитанию интереса к физкультуре.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 15	1
8-9	Содействовать овладению основными видами движений: катить мяч пальцами рук по полу ; подбрасывать мяч вверх и ловить его; отбивать мяч одной рукой; отбивать мяч правой и левой рукой на месте; вести мяч при ходьбе на коленях, при ходьбе боком; вести мяч ногами ; развитию ловкости, мышц рук, мелкой моторики, внимания; воспитанию решительности.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 16	2
10 (на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений: бросок мяча в баскетбольное кольцо одной и двумя руками с места, в прыжке и с ведением мяча; развитию глазомера, меткости, ловкости, мелких мышц рук; воспитанию справедливости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 16-17	1
11-12	Содействовать овладению основными видами движений: броскам и ловле мяча двумя руками , в горизонтальную цель , развитию ловкости , глазомера , внимания ; воспитанию взаимовыручки.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 18	2
1(на воздухе)	Содействовать закреплению навыков ходьбы и бега между предметами, сохранения равновесия на повышенной опоре и прыжках, развитию ловкости в упражнениях с мячом, воспитанию дружеских отношений со сверстниками.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 20-21	1
2-3	Содействовать овладению основными видами движений: перебрасывать мяч через волейбольную сетку; развитию ловкости,	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе	2

	наблюдательности, мелкой моторики, внимания, глазомера; воспитанию силы воли, настойчивости.	группа стр 21-22	
4 (на воздухе)	Содействовать овладению основными видами движений: прыжки в длину с места на дальность, правильно отталкиваясь и приземляясь; упражнять в передаче мяча не теряя его, развитию ловкости , внимания; воспитанию в детях выносливости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 22-23	1
5-6	Содействовать закреплению навыков равновесия (ходьба по скамейке через предметы, ходьба по скамейке в полуприсяде , ползание под дугами, пролезание в обруч боком); овладению основными видами движений: прыжки боком через верёвку, лежащую на полу; прыжки в высоту с места ; развитию выносливости, ловкости, быстроты движений; воспитанию настойчивости .	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 23-24	2
7(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений: бросок мяча в баскетбольное кольцо одной и двумя руками с места; развитию глазомера, меткости, ловкости, мелких мышц рук; воспитанию справедливости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 24-25	1
8-9	Содействовать закреплению основных видов движений в быстром темпе (ходьба и бег). Содействовать овладению основными видами движений: прыгать в высоту с места через палку, лежащую на кубках; ползать на животе и спине под палкой; развитию координации движений, мелких мышц рук; воспитанию сообразительности, смекалки , выносливости .	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 26-27	2
10(на воздухе)	Содействовать овладению основными видами движений: бег с преодолением препятствий , развитию ловкости в упражнениях с мячом , повторить задание в прыжках, воспитанию взаимовыручки.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 27	1
11-12	Содействовать овладению основными видами движений: лазить по гимнастической стенке одноимённым шагом, не пропуская реек ; метать на дальность левой и правой рукой способом из-за головы, развитию внимания , ловкости , глазомера ,	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 27	2

	воспитанию дружеских отношений .		
13 (на воздухе)	Содействовать овладению основными видами движений: бросок мешочков правой , левой рукой с места, в горизонтальную цель; развитию глазомера, ловкости, внимания, мышц рук; воспитанию силы воли.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 28	1
14	Содействовать закреплению навыков ходьбы и бега между предметами, сохранения равновесия на повышенной опоре и прыжках, развитию ловкости в упражнениях с мячом, воспитанию дружеских отношений со сверстниками.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 28	1
1-2	Содействовать овладению основными видами движений: ползание на четвереньках по скамейке, ходьба по плоским гимнастическим палкам, ходьба на высоких четвереньках по канату), овладению основными видами движений: прыгать в высоту с места, через мягкие бревна боком, развитию выносливости, ловкости, быстроты движений; воспитанию настойчивости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 29-31	2
3	Содействовать закреплению основных видов движений в быстром темпе, овладению основными видами движений: кувыркам вперед, ползанию на животе, подтягиваясь руками, ходьба по доске; развитию выносливости, ловкости, быстроты движений; воспитанию умению сдерживать себя.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 32	1
4(на воздухе)	Содействовать овладению основными видами движений: прыжкам через шнур, не задевая его; броскам (снизу и от груди) и ловле мяча, развитию ловкости, воспитанию выносливости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 32-33	2
5-6	Содействовать закреплению основных видов движений в быстром темпе, овладению основными видами движений: кувыркам вперед, ползанию на животе, подтягиваясь руками, ходьба по доске; развитию выносливости, ловкости, быстроты движений; воспитанию умению сдерживать себя.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 34	1
7(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений : прыжкам с приземлением на полусогнутые колени, развитию точности броска, воспитанию смекалки.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 34	1

8-9	Содействовать овладению основными видами движений: броскам среднего мяча об пол (бросать одной рукой, поймать двумя руками; бросать на дальность правой и левой рукой; бросать в вертикальную цель); развитию ловкости, глазомера, внимания; воспитанию интереса к физической культуре.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 36	2
10(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений : ходьбе с изменением направления движения, бросании мяча друг другу, развитию мышц рук, воспитанию находчивости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 37	1
11-12	Содействовать овладению основными видами движений: броскам среднего мяча об стену одной рукой, ловить двумя руками; броскам в горизонтальную цель; развитию ловкости, глазомера, внимания; воспитанию смелости, выдержки, умению дружно играть.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 38-39	2
12(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений: ходьбу с выполнением задания, метании мешочков в горизонтальную цель; развитию мышц рук, воспитанию командного духа.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 39	1
13	Содействовать развитию равновесия (ходьба по скамейке приставным шагом боком, ходьба по верёвке прямо, руки в стороны, ползание по скамейке на животе); овладению основными видами движений: прыжкам на двух ногах через предметы; развитию выносливости, ловкости, выразительности движений; воспитанию смелости, настойчивости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 39	2
1(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений в быстром темпе (ходьба, бег), овладению основными видами движений: прыжкам в высоту с места через палку, лежащую на кубах; развитию быстроты движений, ориентировки в пространстве; воспитанию смелости, выдержки и внимания.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 41	1
2-3	Содействовать развитию равновесия (ходьба по узкой дорожке, ходьба по канату, приставляя пятку одной ноги к пальцам другой, ходьба по скамейке через предметы); прыжки на двух	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 40-41	2

	ногах через обручи, прыжки в высоту (до предмета); развитию чувство равновесия и координацию движений, приучать выполнять задание самостоятельно; воспитанию детей быть внимательными друг к другу.		
4(на воздухе)	Содействовать овладению основными видами движений: броскам мяча друг другу в парах, совершенствованию бросков мяча друг другу из разных положений; развитию ловкости и внимания; воспитанию дружно действовать в коллективе.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 43	1
5-6	Содействовать овладению основными видами движений: прыжкам через гимнастические палки, не смещая их, упражнению в подбрасывание и ловле мяча, способствовать развитию ловкости, мышц рук; воспитанию интереса к играм.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 42-43	2
7(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений в быстром темпе (ходьба, бег), овладению основными видами движений: прыжкам в высоту с места через палку, лежащую на кубах, прыжкам боком через канат, развитию быстроты движений, ориентировки в пространстве; воспитанию смелости, выдержки и внимания.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 46	1
8-9	Содействовать овладению основными видами движений: броскам мяча друг другу в парах (снизу, от груди, из-за головы; учить передавать мяч ногами друг другу; бросок об пол, поймать мяч после отскока; передача мяча от груди во время движения боковым галопом); развитию глазомера, координации движений и ловкости, воспитанию дружно играть.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 45-46	2
10	Содействовать овладению основными видами движений: броскам и ловли мяча не теряя его при ходьбе, развитию ловкости, внимания ,воспитанию взаимовыручки.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 48	1
11-12	Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 47-48	2

1-2	Содействовать развитию равновесия (ходьба по скамейке приставным шагом боком, ходьба по верёвке прямо, руки в стороны, ползание по скамейке на животе); овладению основными видами движений: прыжкам на двух ногах через предметы; способствовать развитию выносливости, ловкости, выразительности движений; воспитанию смелости, настойчивости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 49-51	2
3(на воздух)	Содействовать повторению ходьбы и бега с изменением направления движения, упражнять в поворотах прыжком на месте , повторить прыжки на правой и левой ноге огибая предметы; развитию быстроты и ловкости; воспитанию интерес к физкультуре.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 51	1
4-5	Содействовать овладению основными видами движений: броскам мяча одной рукой об пол, поймать двумя; на дальность правой и левой рукой; в вертикальную цель; способствовать развитию глазомера, меткости, ловкости, мелких мышц рук; воспитанию находчивости, дружелюбия, честности.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 52-53	2
6(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений: броскам мяча на дальность правой и левой руками, в вертикальную цель; развитию глазомера, ловкости, координацию движений; воспитанию выдержки, дружелюбия.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 54	1
7-8	Содействовать овладению основными видами движений: прыжкам через скакалку, прыжкам в высоту через модули, метанием мешочков вдаль правой и левой рукой; развитию выносливости, глазомера, ловкости, силы мышц ног и рук; воспитанию находчивости, уважения друг к другу.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 54-56	2
9(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений: ходьбе с различным положением рук, в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации, развитию ловкости в упражнениях с мячом , воспитанию дружеских отношений.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 56	1
10	Содействовать овладению основными видами движений: броскам и ловли	Л.И. Пензулаева Физическая культура в	1

	мяча не теряя его при ходьбе, развитию ловкости, внимания, воспитанию взаимовыручки.	детском саду подготовительная к школе группа стр 58	
11-12	Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке (скользящий шаг); разучить игру «По местам!».	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа стр 57-58	2
1	Содействовать овладению основными видами движений: прыжкам (прыжки по скамейке, прыжки на одной ноге через обручи), развитию равновесия (ходьба по канату, прямо; ползание на четвереньках, толкая набивной мяч головой); развитию умения сохранять равновесия, ловкости, выносливости; воспитанию находчивости, умение дружно играть.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр59-60	1
2(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений в быстром темпе, развитию быстроты движений, ловкости, умение быстро реагировать на сигнал, воспитанию дружеских отношений.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр60	1
3-4	Содействовать овладению основными видами движений: отбивать мяч правой и левой рукой на месте, с поворотом; обучать вести мяч правой и левой рукой прямо, боком, бегом; подбрасывать и ловить мяч двумя руками во время ходьбы, развитию ловкости рук, внимания, ловкости; воспитанию смелости, смекалки.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр61-62	2
5(на воздухе)	Совершенствовать перебрасывание мяча через верёвку, способствовать развитию ловкости, внимания, координацию движений; воспитанию командного духа, смелости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр62	1
6-7	Содействовать развитию равновесия (бег по наклонной доске, ходьба по верёвке боком, ходьба по «следам»); овладению основными видами движений: прыжкам по скамейке через предметы (прыжки в длину, с разбега); развитию координации, ловкости, умению быстро реагировать на сигнал; воспитанию наблюдательности, смелости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр63-64	2

8(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений: ходьбе с различным положением рук, сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации,); способствовать развитию ловкости в упражнениях с мячом ,воспитанию дружно играть в коллективе.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр64	1
9-10	Содействовать закреплению основных видов движений: бросков и ведения мяча; способствовать развитию ловкости, выносливости, силы мышц рук; воспитанию силы воли, смекалки.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр65-66	2
11-12	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр66	2
1	Содействовать овладению основными видами движений: прыжки боком из обруча в обруч, прыжки в длину с разбега, прыжки через канат боком, способствовать развитию выносливости, умения сохранять равновесие, смекалки; воспитанию умения дружно играть, смелости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр72	1
2(на воздухе)	Содействовать овладению основными видами движений: бег с преодолением препятствий, развитию ловкости в упражнениях с мячом , повторить задание в прыжках, воспитанию взаимовыручки.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр73	1
3-4	Содействовать овладению основными видами движений: метать мешочки на дальность правой и левой руками, в горизонтальную цель; развитию глазомера, внимания, меткости, ловкости рук; воспитанию уважение друг к другу, ловкости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр74-75	2
5 (на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений: бросок мяча в баскетбольное кольцо одной и двумя руками с места, в прыжке и с ведением мяча, развитию глазомера, меткости, ловкости, мелких мышц рук; воспитанию справедливости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр75	1
6-7	Содействовать овладению основными видами движений: броскам мяча в	Л.И. Пензулаева Физическая культура в	2

	баскетбольное кольцо: с места, с ведением мяча, в прыжке; способствовать развитию выносливости, ловкости, быстроты, глазомера; воспитанию силы воли, находчивости.	детском саду подготовительная к школе группа Стр76-78	
8(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений в быстром темпе (ходьба, бег), овладению основными видами движений: прыжкам в высоту с места через палку, лежащую на кубах; развитию быстроты движений, ориентировки в пространстве; воспитанию смелости, выдержки и внимания.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр78	1
9-10	Содействовать закреплению основных видов движений: бросков мяча в стену и ловле (мяч от груди, бросок от стены, поймать после отскока об пол), овладению основными видами движений: броскам мяча из-за головы на дальность, развитию глазомера, ловкости, быстроты движений; воспитанию настойчивости, наблюдательности.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр79-80	2
10(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений: ходьбу с выполнением задания, метании мешочков в горизонтальную цель; развитию мышц рук, воспитанию командного духа.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр80	1
11-12	Содействовать овладению основными видами движений: броскам и ловле мяча не теряя его при ходьбе подбрасывать и ловить мяч несколько раз подряд ,развитию ловкости , внимания, воспитанию интереса к физкультуре.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр79-80	2
1(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений: ходьбу с выполнением задания, метании мешочков в горизонтальную цель; развитию мышц рук, воспитанию командного духа.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр81	1
2-3	Содействовать закреплению основных видов движений: метании мешочков вдаль правой и левой рукой, в горизонтальную цель правой и левой рукой; развитию глазомера, внимания, меткости; воспитанию смелости и настойчивости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр82	2
4(на	Содействовать закреплению основных	Л.И. Пензулаева	1

воздухе)	видов движений: бросков мяча парами: снизу, от груди, передаче мяча друг другу ногами (пасы); развитию внимания, умения выполнять упражнения в парах, ловкости; воспитанию взаимовыручки, дружелюбия.	Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр82	
5-6	Содействовать закреплению основных видов движений: метании мешочков вдаль правой и левой рукой, в вертикальную цель одной рукой правой и левой ;развитию глазомера, внимания, меткости; воспитанию выдержки и честности.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр84-86	2
7(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений: подбрасывание и ловле мяча, умении самостоятельно принимать исходное положение и бросков на дальность, развитию мышц рук, воспитанию силы воли.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр86	1
8-9	Содействовать закреплению основных видов движений: бросков мяча парами: снизу, от груди, об пол – поймать после отскока; передаче мяча друг другу ногами (пасы); способствовать развитию внимания, умения выполнять упражнения в парах, ловкости; воспитанию взаимовыручки, дружелюбия.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр87-88	2
10(на воздухе)	Совершенствовать перебрасывание мяча через верёвку, развитию ловкости, внимания, координации движений; воспитанию командного духа, смелости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр88	1
11-12	Содействовать овладению основными видами движений: броскам мешочков в горизонтальную и вертикальную цель; развитию глазомера, меткости, ловкости; воспитанию взаимопонимания.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр88	2
1	Содействовать закреплению основных видов движений: бросков и ведения мяча; развитию ловкости, выносливости, мышц рук и ног, наблюдательности; воспитанию уважение друг к другу, умение выполнять упражнения в коллективе.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр88	1
2(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений: ходьбу с выполнением задания, метании мешочков в горизонтальную цель ,	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе	1

	развитию мышц рук, воспитанию командного духа.	группа Стр90	
3-4	Содействовать овладению основными видами движений: отбивать мяч правой и левой рукой на месте, с поворотом; обучению ведению мяча правой и левой рукой прямо, боком, бегом; подбрасывать и ловить мяч двумя руками во время ходьбы, развитию ловкости рук, внимания, ловкости; воспитанию смелости, смекалки.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр90-91	2
5(на воздухе)	Содействовать овладению основными видами движений: бег с преодолением препятствий развитию ловкости в упражнениях с мячом , повторить задание в прыжках, воспитанию взаимовыручки.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр92	1
6-7	Содействовать закреплению основных видов движений: метании мешочков вдаль правой и левой рукой, в горизонтальную цель правой и левой рукой; развитию глазомера, внимания, меткости; воспитанию смелости и настойчивости.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр92-93	2
8(на воздухе)	Содействовать закреплению основных видов движений: ходьбу с выполнением задания, метании мешочков в горизонтальную цель; развитию мышц рук, воспитанию командного духа.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр93	1
9-10	Упражнять 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.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр95-96	2
11-12	Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом.	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа Стр96	2

Итого: 108 занятий

4. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

4.1. Материально-техническое обеспечение Программы

Специализированные учебные помещения и участки

№	Наименование и принадлежность помещения
1.	Спортивные уголки на группах

4.2. Методическое обеспечение

Автор	Название	Издание
Пензулаева Л. И	«Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа».	М.: Мозаика-Синтез, 2017 г.
Пензулаева Л. И	Оздоровительная гимнастика в детском саду 2-7 лет	М.: Мозаика-Синтез, 2017 г.
Борисова М. М.	Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.	М.: Мозаика-Синтез, 2014 г.

Спортивное оборудование физкультурного зала

наименование	наименование
скамейка гимнастическая	канаты
кольцеброс	мешочки с песком 200 гр.
обручи большие	ленты цветные
обручи малые	кегли
скакалки	мат малый
мячи большие	мягкие модули
мячи малые	Тренажер беговой детский
набивные мячи	Тренажер велосипед детский
гимнастические палки	Тренажер беговой детский
дуги для подлезания	Тренажер батут детский, диаметр 1м
баскетбольное кольцо	

4.3. Средства обучения и воспитания

№	наименование
1	картотека к основным видам движений
2	картотека подвижных игр
3	картотека утренней гимнастики
4	атрибуты к подвижным играм