

РАССМОТРЕНА на заседании
Школьного методического объединения
педагогов
от «28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
Директор МБОУ «ООШ № 94»
 Т.С. Колпакова
Приказ № 101-ОД от «30» августа 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по
ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ

наименование образовательной области в соответствии с учебным планом

Возраст	4-6,5 лет
Наименование и реквизиты основной общеобразовательной программы, компонентом которой является рабочая программа	Основная образовательная программа дошкольного образования МБОУ «ООШ № 94» на 2023 - 2028 учебные годы
Срок реализации рабочей программы	2023 - 2028 учебные годы

Ижевск, 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа образовательной области физическое развитие 4-6,5 лет разработана в соответствии с Федеральным Государственным образовательным стандартом дошкольного образования (ФГОС ДО), Федеральной образовательной программой дошкольного образования (ФОП ДО), и нормативными документами в сфере образования.

Программа рассчитана на обучающихся средней и старшей группы дошкольного возраста (с 4 до 5 лет и с 5 до 6 лет 6 месяцев). В МБОУ «ООШ № 94» группа является объединённой разновозрастной.

Содержание образовательной деятельности:

1. Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения)
2. Подвижные игры
3. Спортивные игры
4. Спортивные упражнения
5. Формирование основ здорового образа жизни
6. Активный отдых

Учебно – методическое обеспечение программы:

1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (ред. от 08.11.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»

2. Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»

Цель–Федеральной программы является разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Задачи образовательной деятельности обучающихся средней группы:

- 1) обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;
- 2) формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- 3) воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;

4) продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;

5) укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

6) формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

Задачи образовательной деятельности для обучающихся старшей группы:

1) обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;

2) развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;

3) воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;

4) продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;

5) укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

6) расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;

7) воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

Задачи образовательной деятельности обучающихся подготовительной группы:

1) обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;

2) развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;

3) поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимодействие в команде;

4) воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;

5) формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;

6) сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;

7) 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.

**Тематическое планирование
по образовательной области «Физическое развитие»
для обучающихся средней-старшей группы**

№ п/п	Темы
1.	«Волшебный мешочек»
2.	«Игра с мячом в кругу»
3.	«Гонщики»
4.	«Золотой лес»
5.	«Полезные привычки здорового образа жизни»
6.	Долгосрочный образовательный проект «Я и мое тело»
7.	«На огороде»
8.	«Покупка кукол»
9.	Долгосрочный образовательный проект «Я и мое тело»
10.	«Зеленая страна»
11.	«Закаливание организма»
12.	Долгосрочный образовательный проект «Я и мое тело»
13.	«Обезьянка в цирке»
14.	«Зеленый или желтый»
15.	Долгосрочный образовательный проект «Я и мое тело»
16.	«Путешествие вокруг света»
17.	«Солнечная поза»
18.	Долгосрочный образовательный проект «Я и мое тело»
19.	«Жумачка»
20.	«День мяча»
21.	Долгосрочный образовательный проект «Я и мое тело»
22.	«Мы моряки»
23.	«Треугольник»
24.	Долгосрочный образовательный проект «Я и мое тело»
25.	«Сильным, ловким вырастай!» (соревнования семейных команд)
26.	«Ляпки переулком»
27.	Долгосрочный образовательный проект «Я и мое тело»

28.	«Ты мой друг, я твой друг»
29.	«Бегун»
30.	Долгосрочный образовательный проект «Я и мое тело»
31.	«Перелетные птицы»
32.	«Спасатели»
33.	Долгосрочный образовательный проект «Я и мое тело»
34.	«Цветы»
35.	«Мостик»
36.	День здоровья
37.	«Зимняя прогулка в лес»
38.	«Снежный тир»
39.	Долгосрочный образовательный проект «Я и мое тело»
40.	«Как преодолеть лабиринт»
41.	«Лезгинка»
42.	Долгосрочный образовательный проект «Я и мое тело»
43.	«Выручаем снегурочку»
44.	«Зимние забавы»
45.	Долгосрочный образовательный проект «Я и мое тело»
46.	«Зимушка-зима»
47.	«Гора»
48.	«Полезное питание Удмуртии»
49.	«Поход в лес на лыжах»
50.	«Аист»
51.	«Охотники»
52.	«Тренажеры»
53.	«Мы готовы для похода»
54.	«Ласточка»
55.	«Зимующие птицы»
56.	«Солдатики»
57.	Долгосрочный образовательный проект «Детская энциклопедия здоровья»
58.	«Мы гимнасты»
59.	«Удмуртские народные игры»
60.	Долгосрочный образовательный проект «Детская энциклопедия здоровья»
61.	«Морское путешествие»
62.	«Сфинкс»
63.	Долгосрочный образовательный проект «Детская энциклопедия здоровья»
64.	«Мы - пилоты»
65.	«Лягушка»
66.	Долгосрочный образовательный проект «Детская энциклопедия здоровья»
67.	«В гости к Королю-Февралю»
68.	«Традиции здорового образа жизни»
69.	Долгосрочный образовательный проект «Детская энциклопедия здоровья»
70.	«К нам пришла Весна»
71.	«В уголки»

72.	День здоровья
73.	«В гости к Солнышку»
74.	«Жарко-холодно»
75.	Долгосрочный образовательный проект «Детская энциклопедия здоровья»
76.	«К нам пришла Весна»
77.	«Будь внимательным»
78.	Долгосрочный образовательный проект «Детская энциклопедия здоровья»
79.	«Репка»
80.	«Альчадульча»
81.	Долгосрочный образовательный проект «Детская энциклопедия здоровья»
82.	«Встреча с доктором Айболитом»
83.	«Пожарные»
84.	Долгосрочный образовательный проект «Детская энциклопедия здоровья»
85.	«Юные космонавты»
86.	«Горелки наоборот»
87.	Долгосрочный образовательный проект «Детская энциклопедия здоровья»
88.	«Здоровье берегу сам себе я помогу»
89.	«Веревка с кольцом»
90.	Долгосрочный образовательный проект «Детская энциклопедия здоровья»
91.	«Дорожные правила»
92.	«Догони букву»
93.	Долгосрочный образовательный проект «Детская энциклопедия здоровья»
94.	«Мы хотим Родине служить»
95.	«Сон героя»
96.	Долгосрочный образовательный проект «Детская энциклопедия здоровья»
97.	«В цирке»
98.	«Бабочка»
99.	Долгосрочный образовательный проект «Детская энциклопедия здоровья»
100.	«Праздник обруча»
101.	«Спорт в Удмуртии»
102.	День здоровья
103.	«Кобра»
104.	«Ласточка»
105.	«Круг с веревкой»
106.	«Звездочка с луной»
107.	«Прогулка в лес»
108.	«Малые сельские игры»
Итого: 108 часов	