

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 202 «Журавушка» общеразвивающего вида

ПРИНЯТО  
на педагогическом совете № 1  
от « 30 » августа 20 18



УТВЕРЖДЕНО  
приказом заведующего  
МБДОУ «Детский сад № 202»  
от « 30 » августа 20 18 г. № 68а-р

**Рабочая программа**  
**дошкольного образования по образовательной области**  
**«Физическое развитие»**  
**для детей подготовительной к школе группы (6-7 лет)**  
**срок реализации 2018/2019 учебный год**

Разработчик:  
Инструктор по физическому развитию  
Шумилова С.В.

Г. Барнаул

## Оглавление

<b>I.</b>	Пояснительная записка.	<b>3</b>
1.1.	Цели и задачи реализации рабочей программы для детей подготовительной к школе группы.	3
<b>II.</b>	<b>Календарно-тематическое планирование</b>	<b>4</b>
2.1.	Образовательная область «Физическое развитие».	4

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1.1. Цели и задачи реализации Программы.

**Цель** – создание условий для максимального раскрытия индивидуального возрастного потенциала, всестороннего и гармоничного развития каждого ребенка и его позитивной социализации, радостного и содержательного проживания детьми периода дошкольного детства.

**Задачи:**

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их
- эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней;
- создание благоприятных условий для развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно – нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил, и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, создание предпосылок к учебной деятельности;
- обеспечение вариативности и разнообразия содержания программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования программ различной направленности с учётом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- обеспечение психолого - педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей).

## II. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 2.1. Образовательная область «Физическое развитие».

#### Раздел: «Физическая культура»

№	Тема	Часы	Месяц
1	Задачи: Упражнять детей в беге колонной по одному; умении переходить с бега на ходьбу; в сохранение равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча. Занятие 1- Стр.9	1	Сентябрь
2	Задачи: 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. 11	1	
3	Задачи: закрепления материала занятия 1 Стр 9	1	
4	Задачи: 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.11	1	
5	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений. Стр.14	1	
6	Задачи: закрепления материала занятия 4 Стр 11	1	
7	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов; Развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.Стр.15	1	
8	Задачи: Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать точность и быстроту движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами. Стр.16	1	
9	Задачи: закрепления материала занятия 7. Стр15	1	
10	Задачи: Упражнять 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. 16	1	
11	Задачи: Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта». Стр.18	1	
12	Задачи: закрепления материала занятия 10. Стр.16	1	
1	Задачи: Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом. Стр.20	1	Октябрь
2	Задачи: упражнять в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках. Стр.22	1	
3	Задачи: закрепления материала занятия Стр.20	1	
4	Задачи: Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом. Стр.22	1	

5	Задачи: Повторить бег в среднем темпе продолжительностью до 1,5 минут; развивать ловкость броска; упражнять в прыжках Стр.24	1		
6	Задачи: закрепления материала занятия 16 Стр.22	1		
7	Задачи: 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.24	1		
8	Задачи: Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом. Стр.26	1		
9	Задачи: закрепления материала занятия 19 Стр.24	1		
10	Задачи: Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре. Стр.27	1		
11	Задачи: Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча. Стр.28	1		
12	Задачи: закрепления материала занятия 22. Стр.27	1		
1	Задачи: Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату; упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через канат; повторить эстафету с мячом.Стр.29	1		Ноябрь
2	Задачи: Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками. Стр.32	1		
3	Задачи: закрепления материала занятия 25 Стр.29	1		
4	Задачи: Упражнять в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через скакалку; бросание мяча друг другу; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. Стр. 32	1		
5	Задачи: Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом. Стр. 34	1		
6	Задачи: закрепления материала занятия 28.Стр.32	1		
7	Задачи: Упражнять в беге и ходьбе «змейкой» между предметами; повторить введение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии. Стр.34	1		
8	Задачи: Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа, с заданием. Повторить игровые упражнения с мячом. Стр. 36	1		
9	Задачи: закрепления материала занятия 31 Стр.34	1		
10	Задачи: Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; повторить упражнения в прыжках и на равновесие. Стр.37	1		
11	Задачи: Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге; упражнять в выполнении заданий с мячом.Стр.39	1		
12	Задачи: закрепления материала занятия 34. Стр.37	1		

1	Задачи: Упражнять детей в ходьбе с различным положением рук, в беге врассыпную, в сохранении на равновесия при ходьбе приставным шагом. Развивать ловкость в упражнениях с мячом. Стр.40	1	Декабрь
2	Задачи: Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу; упражнять в продолжительном беге до 1,5 мин. Повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом. Стр.41	1	
3	Задачи: закрепления материала занятия 1 Стр40	1	
4	Задачи: Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движений, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом. Стр.42	1	
5	Задачи: Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание. Стр.43.	1	
6	Задачи: закрепления материала занятия 4. Стр.42	1	
7	Задачи: Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии. Стр.45	1	
8	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, повторит задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесии. Стр.46	1	
9	Задачи: закрепления материала занятия 7.Стр45	1	
10	Задачи: Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнения в прыжках и на равновесие. Стр. 47	1	
11	Задачи: Упражнять детей в ходьбе между постройками снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежком на дальность. Стр. 48	1	
12	Задачи: повторение материала занятия 10. Стр. 47	1	
1	Задачи: Повторит ходьбу и бег по кругу, врассыпную; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной опоре, прыжки на двух ногах через препятствие. Стр.49	1	Январь
2	Задачи: Упражнять в ходьбе в колонне по одному, беге между предметами, повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке, провести подвижную игру «Два Мороза» Стр.51	1	
3	Задачи: повторение пройденного материала занятия 13.Стр.50	1	
4	Задачи: 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.52	1	
5	Задачи: провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробушки». Стр.54	1	
6	Задачи: закрепления материала занятия 16. Стр.52	1	
7	Задачи: Упражнять в беге и ходьбе с дополнительным заданием; развивать ловкость, глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под дугу. Стр.54	1	
8	Задачи: упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках. Стр.56	1	
9	Задачи: закрепления материала занятия 19. Стр.54	1	

1	Задачи: 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.59	1	Февраль
2	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками. Стр.60	1	
3	Задачи: закрепления материала занятия 25. Стр.59	1	
4	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком; упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч. Стр.61	1	
5	Задачи: упражнять в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой. Стр.62	1	
6	Задачи: закрепления материала занятия 28 Стр.61	1	
7	Задачи: Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в подпрыгивании на правой и левой ноге, в метании мешочков; повторить упражнения на сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением задания. Стр.63	1	
8	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой. Стр.64	1	
9	Задачи: закрепления материала занятия 31. Стр.63	1	
10	Задачи: упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки. Стр.65.	1	
11	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками. Стр.66	1	
12	Задачи: закрепления материала занятия 34. Стр.65	1	
1	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафета с мячом. Стр.72	1	Март
2	Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом. Стр.73	1	
3	Задачи: повторение материала занятия 1. Стр.72	1	
4	Задачи: Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом. Стр.74	1	
5	Задачи: Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом. Стр.75	1	
6	Задачи: повторение материала занятия 4. Стр.74	1	
7	Задачи: Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке. Стр.76	1	
8	Задачи: Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом. Стр.78	1	
9	Задачи: закрепления материала занятия 7. Стр.76	1	

10	Задачи: Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; повторить упражнения на равновесие и прыжки. Стр.79	1	Апрель
11	Задачи: Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом. Стр.80	1	
12	Задачи: закрепления материала занятия 10. Стр.79	1	
1	Задачи: Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом. Стр.81	1	
2	Задачи: Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками. Стр.82	1	
3	Задачи: закрепления материала занятия 13. Стр.81	1	
4	Задачи: Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мячей друг другу. Стр.83	1	
5	Задачи: Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках. Стр.84	1	
6	Задачи: закрепления материала занятия 16. Стр.83	1	
7	Задачи: Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары; в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии. Стр.84	1	
8	Задачи: Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии. Стр.86	1	
9	Задачи: повторение пройденного материала 19. Стр.84	1	
10	Задачи: Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом. Стр.87	1	
11	Задачи: Повторить игровые упражнения с ходьбой, бегом, игровые задания в прыжках, с мячом. Стр. 88	1	
12	Задачи: закрепления материала занятия 22. Стр87	1	
1	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом. Стр.88	1	
2	Задачи: Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через скакалку; повторить упражнения в равновесии с дополнительным заданием. Стр. 90	1	
3	Задачи: закрепления материала занятия 25. Стр. 88	1	
4	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках с места в длину, повторить упражнения с мячом. Стр. 90	1	
5	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках. Стр. 92	1	
6	Задачи: закрепления материала занятия 28. Стр. 90	1	
7	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии. Стр. 92	1	
8	Задачи: Упражнять детей в ходьбе между предметами; ходьбе и беге враспынную, повторить задание с мячом и прыжками. Стр. 93	1	
9.	Задачи: повторение материала занятия 31. Стр. 93	1	
	<b>ИТОГО</b>	<b>108 часов</b>	