

Приложение к ООП ДО МАОУ СОШ № 29

**муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
города Калининграда
средняя общеобразовательная школа № 29**

Рабочая программа

по образовательной области «Физическое развитие»
(Физическая культура)
(для детей 3 года обучения (4-5 лет) – 108 часов)

Инструктор по физической культуре:
Егорова Татьяна Александровна
(соответствие занимаемой должности)

**Калининград
2021**

1. Планируемые результаты освоения курса

- В результате овладения программы достижения ребенка выражаются в следующем:
- Ребенок гармонично физически развивается, в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию и быстроту.
 - Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве.
 - Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
 - Осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников: оценивает их движения, замечает их ошибки, нарушения правил в играх.
 - Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. Способен внимательно воспринять показ педагога и далее самостоятельно успешно выполнить физическое упражнение.
 - Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и воспитателем, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила.
 - Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

2. Содержание курса

(всего – 108 часов, 3 час в неделю)

Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.
Приучать к выполнению действий по сигналу

3. Тематическое планирование, в том числе с учётом рабочей программы воспитания

№ п/п	Раздел, тема
1	Мониторинг физического развития детей группы
2	Мониторинг физического развития детей группы
3	Мониторинг физического развития детей группы
4	Мониторинг физического развития детей группы
5	Мониторинг физического развития детей группы
6	Мониторинг физического развития детей группы
7	Мониторинг физического развития детей группы
8	Мониторинг физического развития детей группы
9	Мониторинг физического развития детей группы
10	Будь сильным
11	Будь сильным
12	Скакалочка превращалочка
13	Скакалочка превращалочка
14	Осень, осень, в гости просим
15	Осень, осень, в гости просим
16	Любопытные козлята
17	Любопытные козлята
18	Путешествие в страну Неболейка
19	Путешествие в страну Неболейка
20	Мой веселый звонкий мяч
21	Мой веселый звонкий мяч
22	Зимовушка
23	Зимовушка
24	В гости к Скамейке Посиделовне
25	В гости к Скамейке Посиделовне
26	Заглянула в гости к нам скакалка
27	Заглянула в гости к нам скакалка
28	Снежные лабиринты
29	Снежные лабиринты

30	Морское путешествие
31	Морское путешествие
32	Королевство волшебных мячей
33	Королевство волшебных мячей
34	Круглый, круглый обруч
35	Круглый, круглый обруч
36	Горы встают у нас на пути
37	Горы встают у нас на пути
38	В стране Попрыгунии
39	В стране Попрыгунии
40	Заглянула в гости к нам скакалка
41	Заглянула в гости к нам скакалка
42	Пограничники.Морские учения
43	Пограничники.Морские учения
44	Метатели, бросатели и прочие кататели
45	Метатели, бросатели и прочие кататели
46	В стране Кругляндии
47	В стране Кругляндии
48	Мы поедем утром ранним
49	Мы поедем утром ранним
50	В гостях у солнышка
51	В гостях у солнышка
52	Удаленький мяч
53	Удаленький мяч
54	К нам пришла весна
55	К нам пришла весна
56	Скакалочка-заставлялочка
57	Скакалочка-заставлялочка
58	Космонавтом стать хочу!
59	Космонавтом стать хочу!
60	Мой веселый звонкий мяч
61	Мой веселый звонкий мяч
62	Богатырская наша сила
63	Богатырская наша сила
64	Мониторинг физического развития детей группы к концу учебного года
65	Мониторинг физического развития детей группы к

	концу учебного года
66	Мониторинг физического развития детей группы к концу учебного года
67	Мониторинг физического развития детей группы к концу учебного года
68	Мониторинг физического развития детей группы к концу учебного года
69	Мониторинг физического развития детей группы к концу учебного года
70	Мониторинг физического развития детей группы к концу учебного года
71	Мониторинг физического развития детей группы к концу учебного года
72	Мониторинг физического развития детей группы к концу учебного года
73	Подвижные игры летом
74	Подвижные игры летом
75	Подвижные игры летом
76	Подвижные игры летом
77	Подвижные игры летом
78	Подвижные игры летом
79	Подвижные игры летом
80	Подвижные игры летом
81	Подвижные игры летом
82	Подвижные игры летом
83	Подвижные игры летом
84	Подвижные игры летом
85	Подвижные игры летом
86	Подвижные игры летом
87	Подвижные игры летом
88	Подвижные игры летом
89	Подвижные игры летом
90	Подвижные игры летом
91	Подвижные игры летом
92	Подвижные игры летом
93	Подвижные игры летом
94	Подвижные игры летом
95	Подвижные игры летом
96	Подвижные игры летом
97	Подвижные игры летом

98	Подвижные игры летом
99	Подвижные игры летом
100	Подвижные игры летом
101	Подвижные игры летом
102	Подвижные игры летом
103	Подвижные игры летом
104	Подвижные игры летом
105	Подвижные игры летом
106	Подвижные игры летом
107	Подвижные игры летом
108	Подвижные игры летом