**Пояснительная записка.**

Рабочаяпрограмма разработана на основе программы воспитания и обучения в детском саду (подготовительная к школе группа), под редакцией М.А.Васильевой. (М.Мозаика-Синтез,2010).

В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет, на его преподавание отводится 33 часа в год.

Урок физической культуры вГКП — основная форма обучения жизненно важным видам движений, которые имеют большое значение вукреплении здоровья детей.

Урок физической культуры проводится 1 раз в неделю, его продолжительность — 30 мин. Каждый урок состоит из трех частей — вводной, основной и заключительной, имеющих свои специфические задачи и соответствующее содержание.

Выделение частей урока обусловлено физиологическими, психологическими и педагогическими закономерностями. Вводная часть обеспечивает постепенное включение учащихся в двигательную деятельность. Основная (самая большая по объему и значимости) способствует поддержанию оптимального уровня работоспособности всоответствии сзадачами урока. Заключительная выравнивает функциональное состояние организма для последующих занятий или отдыха.

**Вводная часть**(продолжительность — 5—6 мин). Учитель кратко знакомит учащихся **с**предстоящей работой (физическими упражнениями), создавая благоприятный эмоциональный настрой. В эту часть включают упражнения в построениях, перестроениях, различные варианты ходьбы, бега, прыжков, с относительно умеренной нагрузкой, несложные игровые задания.

Разучивание упражнений **в**ходьбе и беге предусматривает обязательное их чередование. Неравномерность этих упражнений, их однообразие могут привести к снижению внимания, интереса, отрицательно сказаться на формировании осанки и стопы детей. Практика показывает, что шестилетние дети особенно в начале года трудно ориентируются в пространстве большого школьного зала (стандартного), поэтому можно (на некоторое время) использовать треть зала или половину его, обозначив границы площадки условной линией, различными предметами (шнур, канат, гимнастическая скамейка и т. д.). Это позволит детям лучше усвоить упражнения в ходьбе, беге, построения, а учителю контролировать действия учащихся и дозировать физическую нагрузку в соответствии **с**их возможностями (уровнем их физической подготовленности).

**Основная часть**(продолжительность колеблется в пределах 20—25 мин). В ней предусмотрены упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально-волевых качеств личности. Этоформированию правильной осанки, умению ориентироваться в пространстве.

Одно из ведущих мест в основной части урока занимает обучение основным видам движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности.

В содержание основной части урока входят и подвижные игры большой и средней интенсивности, несложные игровые задания, эстафеты.

*Общеразвивающие упражнения.* Проводятся без предметов, с мелкими физкультурными пособиями (флажки, кубики, кегли, мячи, скакалки, гимнастические палки) и крупным физкультурным инвентарем (канат, шнур, гимнастические скамейки, обручи большого диаметра и т. д.). При подборе упражнений рекомендуется воздействовать на определенную группу мышц. Вначале даются упражнения для укрепления плечевого пояса, затем мышц спины и брюшного пресса, далее для ног.

Прежде чем приступить к непосредственному выполнению упражнений, учитель должен убедиться, правильно ли исходное положение у учащихся. От исходного положения зависит амплитуда выполняемых упражнений, темп и физическая нагрузка.

Исходные положения при выполнении общеразвивающих упражнений разнообразны — основная стойка, стойка ноги на ширине плеч (стопы), стоя на коленях, сидя, лежа на спине и животе; различны и положения для рук, туловища. Последовательному переходу от одного исходного положения к другому желательно учить с начала года. Это позволит организованно и с меньшей затратой времени выполнять общеразвивающие упражнения. Так, чтобы перейти из положения стоя в положение сидя, можно предложить детям скрестить ноги и, плавно опускаясь, сесть.

При проведении общеразвивающих упражнений целесообразно использовать музыкальное сопровождение. Музыка дисциплинирует учащихся, способствует четкости выполнения движений, создает эмоциональный настрой. Однако надо помнить, что музыкальное сопровождение должно быть предварительно апробировано учителем с учетом соответствия темпа, ритмичности музыки с амплитудой каждого движения и доступности для восприятия детьми шести лет.

*Основные виды движений.*Для формирования прочных двигательных навыков и умений программный материал по разучиванию основных видов движений располагается концентрически, что позволяет повторять упражнения через определенные интервалы, предъявляя к качеству их выполнения более высокие требования.

На одном уроке, как правило, рекомендуется использовать не более трех видов движений (разучивание нового программного материала, повторение и закрепление ранее пройденного). Однако по мере овладения определенным объемом двигательных навыков и умений на отдельных уроках (особенно в конце каждой четверти) возможен и больший набор упражнений. Это могут быть различные двигательные задания в виде игровых упражнений и несложных эстафет, в которых учащиеся распределяются на команды (звенья).

*Подвижная игра*. Обязательный компонент каждого урока физической культуры. Она способствует закреплению и совершенствованию двигательных навыков и умений. Разнообразные игровые действия развивают ловкость, быстроту, координацию движений и, кроме того, благоприятно влияют на эмоциональное состояние детей.

При проведении подвижных игр с учащимися возрастает роль учителя. Ему необходимо не только четко знать содержание и правила каждой подвижной игры, но и умело направлять учащихся на достижение двигательных задач, на формирование морально-волевых качеств (смелости, сообразительности, взаимовыручки, поддержки и т. п.), без которых процесс воспитания и обучения невозможен.

Физическая нагрузка в подвижной игре во многом определяется методикой ее проведения. Интенсивность движений, их продолжительность, темп влияют на физическую нагрузку к игре. Принято различать игры большой, средней я малой подвижности.

На уроках физической культуры преимущество отводятся играм большой и средней подвижности. Но следует учесть, характер игры во многом определяется предыдущим набором упражнений и их количественным соотношением. К играм большой подвижности относятся такие, в которых по возможности участвует все ученики. Используются бег и прыжки в чередовании с коротким отдыхом. Нагрузка в таких играх диктуется содержанием, правилами и подготовленностью учащихся. Это игры: «Ловишки», «Жмурки», «Совушка» и др.

В играх средней подвижности также активное участие ~~при~~нимает   большинство   детей,   однако   их   действия посменные и не несут большой двигательной нагрузки. Это игры: «Пустое место», «Мяч водящему» и др.

После проведения подвижной игры любой интенсивности, особенно большой, необходимо предложить детям обычную ходьбу, не останавливая их резко на месте, дать возможность восстановить дыхание, переключить их внимание на другую, более спокойную деятельность.

**Заключительная часть** (продолжительность 4—5 мин). В ее содержание входят упражнения в ходьбе, игры малой подвижности (хороводы, простые эстафеты). В каждом уроке необходимо предусмотреть наиболее рациональные способы организации учащихся, и расположение физкультурного оборудования. Это позволит более эффективно использовать время, отведенное для непосредственного выполнения физических упражнений, повысит двигательную активность детей.

Достаточная плотность урока — показатель высокой двигательной деятельности учащихся. Однако переход от одного двигательного задания к другому, повторность упражнений не должны влиять на качество, технику выполнения упражнения. Качество усвоения и закрепления программного материала должно быть в соответствии с возрастными особенностями и возможностями учащихся.

При проведении уроков физической культуры рекомендуется использовать следующие общепринятые способы организации: фронтальный, поточный, групповой, индивидуальный.

**Фронтальный способ,**при котором все учащиеся одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, общеразвивающим упражнениям, в различных заданиях с мячом.

**Поточный способ —**один из самых распространенных. Дети потоком, друг за другом (с небольшим интервалом) передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие — ходьба по гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т. д.). Этот способ удобен, так как позволяет учителю корректировать действия учащихся, устранить ошибки, оказать страховку в случае необходимости. Поточный способ широко используется для закрепления пройденного материала. Иногда этим способом выполняется несколько упражнений подряд. Например, учащиеся друг за другом проходят по скамейке, затем прыгают на двух ногах, продвигаясь вперед и огибая предметы или перепрыгивая через них, далее забрасывают мяч в корзину.

**Групповой способ.**Учащиеся по указанию учителя распределяются на группы, каждая из которых получает определенное задание и выполняет его. Одна подгруппа работает под руководством учителя, затем по команде учащиеся меняются местами и так последовательно выполняют 2—3 вида упражнений (в зависимости от наличия пособий, задач урока и подготовленности занимающихся). Пособия и оборудование желательно расположить таким образом, чтобы учитель мог видеть всех детей и по мере необходимости отдавать распоряжение. Обычно такой способ применяется, когда дети уже овладели определенным объемом двигательных навыков и умений.

Индивидуальный способ. Кто-либо из детей выполняет упражнение, а остальные наблюдают. Этот способ применяется при освоении нового программного материала, когда на примере одного ученика (иногда заранее подготовленного) дается показ и объяснение. Обращается внимание детей на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности. Показ упражнения и объяснения должны быть предельно точными и краткими. Подобный способ используется и при оценке уровня физической подготовленности учащихся (в начале учебного года, в середине и конце), чтобы знать исходные возможности и результаты целенаправленных занятий физической культурой.

Таким образом, использование различных способов организации учащихся на уроках физической культуры во многом зависит от поставленных задач, конкретных условий, физической подготовленности учащихся и мастерства учителя.

Отличительной особенностью уроков с детьми шестилетнего возраста является их образность и эмоциональность проведения. При этом большое место отводится игровым способам и приемам, которые помогают детям успешно освоить программный материал, способствуют   развитию   воображения,   творческой активности.

**Цели и задачи,решаемые при реализации программы:**

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 перелезать 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.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка. Воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

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.

**Первый год обучения:**

** Воспитанники приобретут двигательный опыт, обогащённый новыми сложными движениями;**

** Повысится физическая подготовленность дошкольников, состоящих в кружке (спортивная**

**выносливость, ловкость, быстрота, гибкость, подвижность).**

** Будут сформированы начальные организационно-методические умения, необходимые для**

**самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.**

** Сформируется умение взаимодействовать с партнерами в игровых и соревновательных**

**ситуациях.**

**Второй год обучения:**

** Будут внедрены в образовательный процесс технологии, обеспечивающие совершенствование**

**физических качеств у детей старшего дошкольного возраста;**

** Будет обеспечено стабильное участие детей в спортивно-массовых мероприятиях, в том числе и**

**городского уровня**

** Показатель высокого уровня развития физических качеств у детей, участвующих в реализации**

**Программы, достигнет не менее 95%**

Первый год обучения: ♣ Воспитанники приобретут двигательный опыт, обогащённый новыми сложными движениями; ♣ Повысится физическая подготовленность дошкольников, состоящих в кружке (спортивная выносливость, ловкость, быстрота, гибкость, подвижность). ♣ Будут сформированы начальные организационно-методические умения, необходимые для самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом. ♣ Сформируется умение взаимодействовать с партнерами в игровых и соревновательных ситуациях. Второй год обучения: ♣ Будут внедрены в образовательный процесс технологии, обеспечивающие совершенствование физических качеств у детей старшего дошкольного возраста; ♣ Будет обеспечено стабильное участие детей в спортивно-массовых мероприятиях, в том числе и городского уровня ♣ Показатель высокого уровня развития физических качеств у детей, участвующих в реализации Программы, достигнет не менее 95%

**Календарно-тематическое планирование «Физическая культура»**

**33 нед.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Дата | | Тема урока | Содержание основных элементов урока | Формы обучения | Методы обучения | Планируемы результаты |
| План | факт |
| 1. |  |  | Построение в колонну по – одному. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. | Ознакомить с содержанием и организацией уроков физической культуры. Учить строиться в колонну по-одному. Обучать в подбрасывании и ловле мяча двумя руками. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Объяснительно-иллюстративный, наглядный, игровой | Раскрыть понятие «физическая культура». Учить строиться в колонну по-одному. Упражнение с мячом. |
| 2. |  |  | Построение. Прыжки. Равновесие. | Повторить построение в колонну по-одному. Упражнять в равновесии и прыжках. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Построение в колонну по-одному. Упражнение в равновесии и прыжках. |
| 3. |  |  | Построение. Ходьба на носках с разным положением рук Подвижная игра «Ловишки». | Закрепить построение в колонну по-одному. Разучить ходьбу с разным положением рук.Играть в подвижную игру. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Закрепление умений строиться в колонну по-одному. |
| 4. |  |  | Ходьба на носках с разным положением рук. Подвижная игра «Быстро встань в колонну». | Закрепить  разученное. Разучивание игры «Быстро встань в колонну». | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Изучение новой подвижной игры. |
| 5. |  |  | Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Упражнения в прыжках и равновесии. | Обучить  подбрасыванию и ловле мяча двумя руками.Повторить упражнение в равновесии и прыжках. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Обучение новому. Повторение изученного. |
| 6. |  |  | Прыжки на двух ногах, двигаясь вперед. Перебрасывание мяча. | Обучить перебрасыванию мяча; прыжкам на двух ногах, двигаясь вперёд. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Учить перебрасывать мяч друг другу, прыгать на двух ногах, двигаясь вперёд***.*** |
| 7. |  |  | Построение в шеренгу. Ходьба и бег с перешагиванием через предметы. | Обучить построению в шеренгу; ходьбе и бегу с перешагиванием через предметы. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Учить строиться в шеренгу, ходьбе и бегу с перешагиванием через предметы*.* |
| 8. |  |  | Ходьба и бег врассыпную. Игровое упражнение «Передал - садись». Подвижная игра «Совушки». | Обучить ходьбе и бегу врассыпную.Разучить игры. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Учить ходьбе и бегу врассыпную.Играть в подвижную игру.Учить умению применять полученные ЗУНы в игровых упражнениях и играх. |
| 9. |  |  | Ходьба на носках с разным положением рук. Удары мяча о пол, ловля двумя и одной рукой Подвижная игра «Быстро встань в колонну». | Обучить ходьбе на носках с разным положением рук*.*Познакомить с элементами баскетбола. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Демонстрировать технику ходьбы на носках с разным положением рук.Уметь выполнять упражнения с мячом. |
| 10. |  |  | Перестроение в круг из шеренги. Ходьба и бег по кругу Подвижная игра «Перелет птиц». | Обучить перестроению в круг из шеренги,ходьбе и бегу по кругу.  Научить игре «Перелёт птиц». | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Уметь перестраиваться из шеренги в круг. Уметь играть в подвижную игру «Перелёт птиц». |
| 11. |  |  | Ходьба на наружных сторонах стоп. Бег. Подвижная игра «Успей встать». | Обучить ходьбе на наружных сторонах стоп.Повторить виды бега.Научить новой игре. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Научиться ходьбе на наружных сторонах стоп.Бег.Уметь играть в подвижную игру. |
| 12. |  |  | Ходьба с изменением направления движения. Ходьба боком приставным шагом. Перепрыгивание через шнур. | Обучить ходьбе с изменением направления движения, ходьбе боком приставным шагом,перепрыгиванию через шнур. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Ходьба с изменением направления движения,ходьба боком приставным шагом,перепрыгивание через шнур. |
| 13. |  |  | Ходьба на пятках и носках, на наружных сторонах стопы. Ходьба в чередовании с бегом. Подвижная игра «Эхо» | Закрепить умения ходьбы на пятках и носках,на наружных сторонах стопы.Научить чередовать ходьбу с бегом.Обучить новой игре. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Уметь делать последовательный переход с одного вида ходьбы на другойЧередование ходьбы с бегом. Разучить новую игру «Эхо». |
| 14. |  |  | Ходьба и бег врассыпную, в колонне по одному. Прыжки. Метание на дальность. | Научить детей находить своё место в колонне.Упражнять в ходьбе и беге врассыпную.Познакомить с прыжками с мягким приземлением на полусогнутые ноги.Упражнять в метании на дальность*.* | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Уметь находить своё место в колонне.Уметь выполнять ходьбу и бег врассыпную,в колонне по-одному; метание на дальность. Прыжки. |
| 15. |  |  | Бег и равновесие. Метание на дальность. Прыжки. | Повторить прыжки с мягким приземлением на полусогнутые ноги. Упражнять в равновесии. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Демонстрировать технику выполнения разученных прыжков. Знать и выполнять технику метания малого мяча.Бег и равновесие. |
| 16. |  |  | Ходьба и бег парами. Бег змейкой. Перебрасывание мячей. | Разучить ходьбу и бег парами,бег змейкой.Упражнять в перебрасывании мячей друг другу. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Уметь выполнять ходьбу и бег парами.Демонстрировать технику перебрасывания мяча друг другу |
| 17. |  |  | Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений. Перепрыгивание на двух ногах через предметы. | Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения.Упражнять в перепрыгивании на двух ногах через предметы. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Уметь вовремя сменять темп движения,перепрыгивать на двух ногах через предметы. |
| 18. |  |  | Упражнения в ходьбе и беге с изменением направления движения. Прыжки на одной ноге с передвижением вперед. | Закрепить умения в ходьбе и беге с изменением темпа движения.Упражнять в прыжках на одной ноге с передвижением вперёд. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Уметь своевременно менять темп движения,прыгать на одной ноге с передвижением вперёд. |
| 19. |  |  | Упражнения в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по сигналу. Упражнения в перебрасывании и ловле малого мяча. | Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по сигналу.Упражнять в перебрасывании и ловле малого мяча*.* | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Уметь вовремя по сигналу остановиться и снова начать движение.Уметь работать в парах с мячом. |
| 20. |  |  | Упражнения в ходьбе и беге с перепрыгиванием через предметы. Ходьба и бег змейкой. Метание мяча на дальность. | Упражнять в ходьбе и беге с перепрыгиванием через предметы змейкой.Разучить метание мяча на дальность. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Уметь выполнять ходьбу и бег с перепрыгиванием через предметы змейкой.Уметь выполнять метание мяча на дальность. |
| 21. |  |  | Ходьба и бег по кругу. Упражнение с перепрыгиванием через шнуры. Ведение мяча одной рукой. | Повторить ходьбу и бег по кругу.Упражнять в перепрыгивании через шнуры.Ознакомить с ведением мяча одной рукой | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Уметь выполнять ходьбу и бег по кругу,прыжки через шнуры.Учиться выполнять ведение мяча одной рукой |
| 22. |  |  | Ходьба с ускорением и замедлением движения. Прыжки из обруча в обруч.. | Повторить ходьбу с изменением темпа движения.Обучить прыжкам из обруча в обруч. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Ходьба с изменением темпа движения,Прыжки из обруча в обруч. |
| 23. |  |  | Упражнения в ходьбе и беге между предметами. Бросание мяча о стену. | Упражнять в ходьбе и беге между предметами. Обучить бросанию мяча о стену*.* | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Уметь выполнять ходьбу и бег между предметами; выполнять броски мяча о стену. |
| 24. |  |  | Ходьба и бег врассыпную по кругу. Прыжки через скакалку. Упражнения в равновесии. | Повторить ходьбу и бег врассыпную по кругу. Обучить прыжкам через скакалку. Упражнять в равновесии. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Уметь выполнять ходьбу и бег врассыпную по кругу, прыгать через скакалку, держать равновесие. |
| 25. |  |  | Ходьба и бег парами. Ходьба с перешагиванием через шнуры. Прыжки через скакалку | Повторить ходьбу и бег парами, с перешагиванием через шнуры. Упражнять в прыжках через скакалку. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Уметь выполнять  изученные виды ходьбы и бега, прыгать через скакалку. |
| 26. |  |  | Ходьба и бег змейкой. Прыжки в длину с места. | Обучить ходьбе и бегу змейкой, прыжкам в длину с места. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Выполнять движение с заданным направлением, прыжки в длину с места. |
| 27. |  |  | Ходьба и бег парами, змейкой. Прыжки. Упражнения в перебрасывании мяча друг другу. | Повторить ходьбу и бег парами, змейкой, прыжки. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Выполнять движение с заданным направлением, прыжки. Демонстрирование техники перебрасывания мяча друг другу. |
| 28. |  |  | Ходьба и бег с остановкой по сигналу. Пролезание в обруч и прыжки из обруча в обруч. | Обучить ходьбе и бегу с остановкой по сигналу. Повторить прыжки из обруча в обруч. Упражнять в пролезании в обруч. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Уметь выполнить остановку по сигналу. Держать равновесие во время прыжков из обруча в обруч. |
| 29. |  |  | Ходьба и бег змейкой. Упражнение с мячом. Прыжки на левой и правой ноге. Метание мяча на дальность. | Повторить ходьбу и бег змейкой, упражнения с мячом. Упражнять в прыжках на одной ноге. Обучить метанию мяча на дальность. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Выполнять движение с заданным направлением. Держать равновесие во время прыжков на одной ноге. Уметь метать мяч на дальность в соответствии с нормами. |
| 30. |  |  | Бег парами. Упражнения в равновесии. Прыжки на двух ногах и на одной. Прыжки через скакалку. | Повторить бег парами, прыжки через скакалку. Упражнять в прыжках на одной и двух ногах. Упражнять в равновесии. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Уметь выполнять бег парами, прыгать и держать равновесие на одной и двух ногах. прыгать через скакалку. |
| 31. |  |  | Ходьба и бег между предметами. Упражнение в подбрасывании и ловле мяча, игры с мячом. | Повторить ходьбу и бег между предметами. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча двумя руками. Разучить игры с мячом. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Демонстрировать технику ходьбы и бега между предметами, технику подбрасывания и ловли мяча двумя руками, технические приёмы игр с мячом. |
| 32. |  |  | Подвижные игры. | Проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе подвижных игр. Проявлять доброжелательность, сдержанность и уважение к соперникам и игрокам своей команды в процессе игровой деятельности. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Уметь проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе подвижных игр. |
| 33. |  |  | Спортивные старты. | Научить применять полученные навыки в спортивных состязаниях. | Индивидуальный, фронтальный, групповой | Частично-поисковый, наглядный, соревновательный, игровой | Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять доброжелательность, сдержанность и уважение к соперникам и игрокам своей команды. |

**Способы и формы оценивания образовательных результатов:**

В ГКП предусмотрена безоценочная форма обучения**.**

**Планируемые образовательные результаты изучения программы:**

К концу года дети должны знать и уметь:

\*Выполнять правильно все виды основных движений(ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), общеразвивающих упражнений(для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса, мышц спины и гибкости позвоночника, мышц брюшного пресса и ног),спортивных упражнений.

\*Выполнять физические упражнения из разных исходных положений чётко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.

\*Играть в спортивные (городки, элементы баскетбола, элементы футбола), подвижные игры.

**Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса:**

1. «Физическая культура» Малокомплектный детский сад (Подготовительная группа), под редакцией М.А.Васильевой (М.Просвещение 2010).

2.Е.М.Минскин «Игры и развлечения».

3. Т.М. Бондаренко «Комплексные занятия в подготовительной группе детского сада».