

**Аннотация к рабочей программе по разделу
"Физическая культура на воздухе"
Старшая группа**

Рабочая программа по разделу «Физическая культура» образовательная область «Физическое развитие» составлена на основании Федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования и примерной образовательной программы дошкольного образования, в соответствии с Основной образовательной программой дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Белоснежка» муниципального образования город Ноябрьск (далее по тексту ООП МБДОУ «Белоснежка»).

Рабочая программа ориентирована на использование учебно-методического комплекта:

1. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Старшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018.

2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей. Комплексы упражнений для детей 3 -7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018.

Программа рассчитана на 36 занятий в год (1 раз в неделю). Длительность занятия- 25 минут.

Цель программы - сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления; обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки; формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений; развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Задачи программы:

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Физическая культура

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

Ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии.

ОРУ:

Под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём.

Строевые упражнения:

Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг и два круга (по ориентирам и без), по диагонали, в два и три звена;

Перестроение из одной колонны в две, в шеренгу по два, равняясь по ориентирам и без;

Повороты направо, налево, кругом;

Размыкание и смыкание.

Спортивные упражнения:

Катание на санках:

По прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки;
Ходьба на лыжах:

По лыжне (на расстояние до 500 м.);

Скользящим шагом;

Мовороты на месте (направо и налево) с переступанием;

Подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуелочкой» (прямо и наискосок).

Катание на двухколесном велосипеде, самокате:

По прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью;

С поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.

Подвижные игры

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Учить спортивным играм и упражнениям.

Национально региональный компонент (далее - НРК)

Развивать волевые качества, присущие коренным народам Севера: выносливость, быстроту.

Учить навыкам, необходимым в играх, отражающих промыслы коренных народов (оленоводы, охотники), а именно: сохранять равновесие при приземлении, ходить скользящим шагом («Куропатки и охотники»).

Обновление содержания образования

Создавать условия для развития физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями ребенка, формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой.

Содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств, привычки к здоровому образу жизни, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; формировать начальные представления о некоторых видах спорта.

Новизна программы

Программа учитывает возрастные особенности дошкольников и строится на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми. Развивающие задачи решаются с учетом индивидуальности каждого ребенка.

Отличительная особенность программы

Особенностью программы является реализация учебного процесса через игровую деятельность, что предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: подвижных играх, игровых упражнениях с предметами.

Содержание программы предусматривает применение вариативных и оригинальных форм, средств и методов физического воспитания, комплексное решение задач оздоровления дошкольников старшего возраста.

Программа предусматривает использование методов и приемов обучения воспитанников в рамках реализации национально-регионального компонента и реализуется как часть организованной детской деятельности через подвижные игры коренных народов Крайнего Севера («Каюры и собаки», «Охота на куропаток», «Рыбаки», «Ручейки и озёра», «Перетягивание на палках», «Успей поймать», «Олени и пастухи» и др.), спортивные праздники, досуги, развлечения.

Обоснование внесенных изменений: изменения связаны с учетом возрастных возможностей и индивидуальных траекторий развития детей.

Национально-региональный компонент

Содержание рабочей программы по разделу «Физическая культура» сформировано с учетом национально-регионального компонента, культурно-исторических особенностей и ценностей Ямало-Ненецкого автономного округа. В основу реализации национально – регионального компонента, положен календарь праздников народов Ямала, который представлен следующими лексическими темами: «День нефтяника: мой дом – Север, профессии», «Праздник: проводы лебедя, перелетные птицы», «Ямальские просторы: жизнь коренных народов Севера»,

«Вороний день: перелетные птицы», «День оленевода». Национально-региональный компонент будет реализовываться как часть непрерывной образовательной деятельности, согласно перечисленных тем, а также в практических видах деятельности.

Реализация **приоритетного направления** работы МБДОУ (воспитание экологической культуры дошкольников) представлена следующими темами: «Праздник урожая: овощи, фрукты, ягоды, грибы», «Всемирный день животных: домашние, дикие животные», «Осень: осенние месяцы, лиственные деревья», «Хвойные деревья», «Зима: зимние месяцы, изменения в природе», «Зимующие птицы», «День комнатных растений», «Весна: весенние месяцы, изменения в природе», «Всемирный день водных ресурсов: животный мир морей и океанов», «Всемирный день Земли», «Экологические вести».

Углубленное изучение экологической культуры реализуется в ходе занятия (часть), подвижных игр, игровых упражнений и пальчиковых игр, развлечений.