

**Частное учреждение общеобразовательная организация центр образования  
«АСПЕКТ»**

ОБСУЖДЕНО И УТВЕРЖДЕНО:  
Педагогическом совете  
ЧУ ОО ЦО «АСПЕКТ»  
от 27 августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом генерального директора  
ЧУ ОО ЦО «АСПЕКТ»  
Мельникова А.В.  
№ 7-ЛА от «29» августа 2025г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА К ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ  
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПУТЬ К УСПЕХУ»**

**«ФИЗКУЛЬТУРА НА АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКЕ»**

**ВОЗРАСТ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТ 6 ДО 7 ЛЕТ**

**Дошкольное отделение подразделения «КРЕСТОВСКИЙ»**

Срок реализации 1 год

Составители:

Быкова О.В.

Санкт-Петербург

2025г.

## Пояснительная записка

Данная программа составлена в соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г., Уставом ЧУ ОО ЦО «АСПЕКТ», методическими рекомендациями Академии постдипломного педагогического образования (г. Санкт-Петербург).

При создании рабочей программы учитывались следующие примерные основные образовательные программы:

- Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. Для занятий с детьми 2-7 лет (под редакцией Э. Я. Степаненковой - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009);
- Физкультурные занятия на улице в старшей группе – Пензулаева Л.И.

За основу взята рабочая программа дошкольного отделения ЧУ ОО ЦО «АСПЕКТ», подразделение «КРЕСТОВСКИЙ», «Путь к успеху» по физкультуре на русском языке, переведенная на английский язык и адаптированная по содержанию с учетом языковых и речевых компетенций обучающихся дошкольного возраста, дополненная игровым материалом англоязычных стран.

**Цель программы:** развивать коммуникативные умения на английском языке и способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья обучающихся дошкольного возраста средствами английского языка.

### **Задачи программы:**

- развивать навыки устной речи на основе языкового материала, предусмотренного программой
- обучать пониманию несложной, доступной по содержанию речи учителя на английском языке
- учить понимать метаязык
- развивать интерес к английскому языку
- развивать физические качества
- обогащать двигательный опыт детей, в том числе на материале игранглоязычных стран

### **Актуальность программы:**

Применение английского языка на занятиях по физкультуре позволяет не только развивать физические навыки и умения детей, но и способствует созданию имитированной англоязычной среды. Метод физического реагирования и метод погружения при изучении иностранных языков позволяют максимально приблизить среду обучения к среде англоязычных дошкольных заведений, и это, несомненно, позволит ребенку в случае необходимости легко адаптироваться к обучению за рубежом и участию в международных спортивных мероприятиях разного уровня.

### **Содержание учебного предмета:**

- новые способы построений и перестроений
- разноименные, разнонаправленные, поочередные движения в общеразвивающих упражнениях
- парные упражнения
- новые варианты упражнений с мячами разного размера
- требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату
- новые спортивные игры, правила спортивных игр

### **Языковая компетенция:**

**Лексика:** Лексические единицы в рамках сфер общения.

**Грамматика:**

- It is ... / They are ...
- Повелительное наклонение
- Предлоги
- Специальные вопросы

### **Речевая компетенция:**

**Аудирование:**

- речь учителя
- речь обучающихся

**Говорение:**

- называть предметы,
- описывать предметы,
- называть действия

### **Целевые ориентиры**

К концу года дети данной возрастной группы будут:

#### **I. Знать:**

1. элементарную лексику, указанную в рамках сфер общения,

#### **II. Уметь:**

1. понимать несложную, доступную по содержанию речь учителя и правильно выполнять поставленную задачу,
2. употреблять изученную лексику в некоторых грамматических структурах,
3. отвечать на вопросы,
4. называть и описывать некоторые предметы и действия,

5. ориентироваться в пространстве.

### **Характеристика обучающихся.**

Большинство детей данной возрастной группы имеют трехлетний опыт знакомления с физической культурой на английском языке.

**Продолжительность программы:** 40 занятий в год.

**Режим работы:** обучение проходит 1 раз в неделю на улице при делении на 2 подгруппы. Продолжительность 25 минут.

### **Контроль:**

Текущий: наблюдение за обучающимися на занятиях

Промежуточный (1 раз в год): «открытый урок» для родителей

Итоговый (1 раз в год): физкультурно-досуговые мероприятия

### **Поурочно-тематическое планирование**

| №<br>п/п  | Тема урока  | Основные элементы содержания   |  | Комментарии |
|---|---|--|--|-------------|
|   |   | Лексика  | Грамматика   |             |
| 1-2<br><br>С<br>Е<br>Н<br>Т<br>Я<br>Б<br>Р<br>Ь | Бег врассыпную;<br>развивать<br>выносливость,<br>ловкость, быстроту,<br>равновесие; продолжать<br>учить подбрасывать,<br>перебрасывать мяч<br>несколько раз подряд<br>разными способами.<br>'Snake between the<br>pins', 'Sprint race',<br>'Throwing and<br>catching the ball in<br>pairs' exercises. | line up<br>walk<br>run<br>slowly/quickly<br>stand<br>one behind the other<br>snake<br>between<br>pins<br>knock down<br>sprint race<br>throw<br>catch<br>pass<br>ball<br>in pairs | -It is...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение<br>-предлоги<br>behind, between |             |

|     |  |   |   |  |
|-----|--|---|---|--|
| 3-4 | <p>Закреплять разные виды ходьбы и бега; развивать ловкость, быстроту, выносливость; учить бегать в медленном темпе, дышать черезнос. ‘Relay race’, ‘The fastest team’, ‘To your places’, ‘Touchthe last one’, ‘Sly fox’, ‘Mouse trap’, ‘We are happy children’ exercises.</p> | <p>line up<br/>walk<br/>run<br/>slowly/quickly<br/>raise high<br/>knees<br/>long strides<br/>relay race<br/>pin<br/>bring<br/>form teams<br/>fastest<br/>touch<br/>first/last<br/>fox<br/>sly<br/>where<br/>here<br/>mouse<br/>mousetrap<br/>catch<br/>happy<br/>children</p>                             | <p>-It is...<br/>-They are ...<br/>-повелительное<br/>наклонение<br/>-специальный<br/>вопрос</p>                            |  |
| 5-6 | <p>Учить ловить, бросать, перебрасывать мяч 2мя руками разными способами; закреплять бег с увертыванием; учить дышать носом. ‘Basketball’, ‘Touch the ball’, ‘Pair tag’, ‘Carp and pike’, ‘Frogs and the Heron’ exercises.</p>   | <p>line up<br/>listen<br/>walk<br/>jog<br/>basketball<br/>basket<br/>ball<br/>shoot/throw/catch/ chest<br/>pass balltouch<br/>pair up<br/>clasp hands<br/>tag<br/>pike<br/>carps<br/>rocks<br/>float around<br/>hide<br/>inside/outside<br/>frog<br/>heron<br/>nest<br/>swamp<br/>jump over ropecatch</p> | <p>-It is...<br/>-They are ...<br/>-повелительное<br/>наклонение<br/>-предлоги<br/>around,<br/>inside/outside,<br/>over</p> |  |

|  |   |   |  |  |
|--|---|---|--|--|
| 7-8<br>О<br>К<br>Т<br>Я<br>Б<br>Р<br>Ь | Закреплять разные виды ходьбы и бега;<br>закреплять двигательные умения навыки детей.<br>'Hit the hoop', 'Gymnasts', 'Ball tag', 'Tag', 'Climbing' exercises.   | line up<br>walk<br>run in pairs<br>slowly<br>hoop<br>bean bags<br>throw<br>hit<br>deep squats<br>keep balance<br>straight backs<br>throw<br>ball<br>tag/touch<br>chase<br>climb<br>ladder | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное наклонение                             |  |
| 9-10<br>Н<br>О<br>Я<br>Б<br>Р<br>Ь     | Закреплять разные виды ходьбы и бега;<br>продолжать учить лазать по гимнастической скамейке; развивать быстрый бег с увертыванием. 'Catch your partner', 'The wolf in the ditch', 'Run-stop-run', 'Circle tag' exercises. | walk<br>hands<br>up in the air<br>to the sides<br>circular movements<br>run<br>slowly<br>climb<br>gym wall<br>catch<br>switch<br>wolf<br>rabbits<br>ditch<br>jump across                  | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное наклонение<br>-предлоги up, to, across |  |
| 11-12<br>Н<br>О<br>Я<br>Б<br>Р<br>Ь    | Метать предметы в цель; вести мяч палкокороткими шагами; закреплять бег спреодолением препятствий.<br>'Fast and accurate', 'The clock', 'Two Father Frosts', 'Hunters and beasts' exercises.                              | line up<br>walk<br>move<br>right/left<br>fast<br>accurate<br>throw ball<br>hockey stick<br>climb<br>gym wall<br>skip<br>every other birds   | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное наклонение<br>-спряжение глагола to be |  |

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
|  |  | fly around<br>fly home<br>look for shelter<br>Father Frost<br>not afraid<br>freeze/unfreeze<br>hunters<br>hunt<br>animals<br>throw/shoot   |  |  |
| 13-<br>14<br><br>Д<br>Е<br>К<br>А<br>Б<br>Р<br>Ь | Развивать глазомер,<br>выносливость,<br>ловкость, быстроту;<br>закреплять<br>«правильное» исходн<br>положение при<br>метании. ‘Snipers’,<br>‘Pay<br>attention’, ‘Tails’, ‘Dogball’<br>exercises.   | line up<br>walk<br>run<br>turn around<br>jump<br>on right/left leg<br>snipers<br>throw<br>hit target<br>pay attention<br>sideways<br>back to back<br>squatting<br>tails<br>tear off<br>keep safe<br>dog<br>catch/get | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение<br>-предлоги<br>around, to                       |  |
| 15-<br>16<br><br>Д<br>Е<br>К<br>А<br>Б<br>Р<br>Ь | Закреплять метание<br>предметов в цель и<br>вдаль из исходного<br>положения; бегать в<br>медленном темпе,<br>дыши носом. ‘Jumping<br>tag’, ‘Stand<br>– go’, ‘Dodge ball’<br>exercises.   | line up<br>walk<br>run<br>knees high<br>jump<br>from foot to foot<br>dodge<br>out of the circle<br>throw/ catch  | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение<br>-предлоги from<br>... to, out of              |  |
| 17-<br>18<br><br>Я<br>Н<br>В<br>А<br>Р<br>Ь      | Учить использовать<br>разные виды прыжков<br>способы метания,<br>передачи мяча;<br>развивать выносливость,<br>прыгучесть, ловкость,<br>быстроту движений;<br>развивать мышцы руки<br>ног при висе на лестнице.<br>‘Catch the chicken’,<br>‘Who will make the<br>fewest jumps’, ‘Passing<br>the ball’, ‘Hockey’,<br>‘Snowball throwing<br>gallery’, ‘Dog ball’<br>(repeat) exercises. | walk<br>long strides<br>jog<br>run<br>catch<br>chicken<br>freeze<br>jump<br>pass<br>around<br>throw<br>snowba<br>lls   | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение<br>-специальный<br>вопрос -<br>предлог<br>around |  |

|   |  |  |   |  |
|---|--|--|---|--|
| 19-<br>20<br><br><b>Я<br/>Н<br/>В<br/>А<br/>Р<br/>Ь</b>       | <p>Развивать ловкость, быстроту движений, выносливость; учить дышать через нос при беге зимой.<br/>         ‘Pair tag’, ‘Dodge ball’, ‘Mousetrap’, ‘We are happy children’, ‘Changing places’, ‘Snake’ exercises.</p>  | <p>line up<br/>walk<br/>run<br/>raise knees<br/>high<br/>on the count of 3<br/>raise hands<br/>clap<br/>over heads<br/>jog<br/>in the middle<br/>lock arms<br/>tag<br/>mousetrap<br/>catch<br/>happy children<br/>change places</p>  | <p>-It is ...<br/>-They are ...<br/>-We are ...<br/>-повелительное<br/>наклонение</p>                             |  |
| 21-<br>22<br><br><b>Ф<br/>Е<br/>В<br/>Р<br/>А<br/>Л<br/>Ь</b> | <p>Закреплять навык метания разными способами; развивать ловкость, координацию движений, выносливость.<br/>         ‘Shoot the pin’, ‘Snipers’, ‘Who will take the fewest steps?’, ‘Snow Queen (Freeze Tag)’, ‘We are happy children’ (repeat) exercises.</p>              | <p>line up<br/>walk<br/>clap hands<br/>in front of<br/>jog<br/>skip<br/>shoot pin<br/>hockey stick<br/>knock down<br/>puck<br/>throw<br/>chase<br/>touch/tag<br/>freeze<br/>happy children<br/>catch</p>   | <p>-It is ...<br/>-They are ...<br/>-We are ...<br/>-повелительное<br/>наклонение<br/>-специальный<br/>вопрос</p> |  |
| 23-<br>24<br><br><b>Ф<br/>Е<br/>В<br/>Р<br/>А<br/>Л<br/>Ь</b> | <p>Закреплять двигательные умениянавыки; развивать физические качества:быстроту движений, ловкость, выносливость, прыгучесть.<br/>         ‘Quickly to your places‘Chain tag’ , ‘Who has more’, ‘A flock of seagulls’, ‘Be attentive’‘Dog ball’, ‘Mousetrap’exercises.</p> | <p>line up<br/>walk<br/>jog<br/>as a snake<br/>run<br/>listen<br/>hear<br/>home<br/>in pairs/column/circle<br/>teams<br/>hold hands<br/>chase/tag<br/>collect<br/>flock of seagulls<br/>fly nest/bush/tree<br/>back to back<br/>squatting<br/>dog<br/>throw/pass/hit ball<br/>touch/get ball<br/>mouse<br/>mousetrap catch</p> | <p>-It is ...<br/>-They are ...<br/>-повелительное<br/>наклонение</p>   |  |

|   |   |  |   |  |
|---|---|--|---|--|
| 25-<br>26<br><br>М<br>А<br>Р<br>Т           | <p>Развивать глазомер при метании, координацию и равновесие, быстротудвижений и реакцию играх.<br/>         ‘Hot hand’, ‘Don’t let the ball fall’, ‘Fly, DonFly’, ‘Footprints’, ‘Burners’ exercises.</p>  | <p>line up<br/>         walk<br/>         move arms<br/>         above body<br/>         run<br/>         sidestepping<br/>         hold hands up<br/>         in front of<br/>         clap<br/>         bean bag<br/>         on<br/>         keep balance<br/>         fly<br/>         show<br/>         follow/copy<br/>         fire<br/>         burn<br/>         as fast as fire</p>                | <p>-It is ...<br/>         -They are ...<br/>         -повелительное наклонение<br/>         -предлоги above, on, up, in front of</p> |  |
| 27-<br>28<br><br>М<br>А<br>Р<br>Т           | <p>Учить катить обруч ппрямой линии; развивать прыгучесть играх; учить принимать позу баскетболиста при бросании мяча в корзину.<br/>         ‘Jump to the line’, ‘Rol the hoop’, ‘Hop on pop’Running race’, ‘Shoot the pin’ exercises.</p>                                 | <p>line up<br/>         walk<br/>         as a snake<br/>         backwards<br/>         forwards<br/>         jump<br/>         on two legs<br/>         sideways<br/>         hoop<br/>         roll<br/>         hop<br/>         right/left foot/leg<br/>         change<br/>         race<br/>         long strides<br/>         shoot<br/>         pin<br/>         hockey<br/>         stickspuck</p> | <p>-It is ...<br/>         -They are ...<br/>         -повелительное наклонение</p>   |  |
| 29-<br>30<br><br>А<br>П<br>Р<br>Е<br>Л<br>Ь | <p>Закреплять лазание по лестнице чередующимшагом, перебрасывать мяч друг другу в паре разными способами; закреплять в подвижных играх<br/>         двигательные умениянавыки.<br/>         ‘Pair racing’, ‘Catch upto your partner’, ‘Dog ball’, ‘Football’ exercises.</p> | <p>line up<br/>         walk<br/>         swing arms<br/>         run<br/>         slowly/fast<br/>         jump<br/>         throw<br/>         catch<br/>         kick<br/>         pass ball<br/>         feet</p>  | <p>-It is ...<br/>         -They are ...<br/>         -повелительное наклонение</p>   |  |

|   |  |  |   |  |
|---|--|--|---|--|
| 31-<br>32<br><br>А<br>П<br>Р<br>Е<br>Л<br>Ь | Учить соревноваться дружно, помогая друг другу; закреплять бег парах, не расцепляя рук; развивать ловкость, выносливость, быстроту реакции. ‘Whose team is faster’, ‘Pass the ball’, ‘Pass the flag’, ‘Kangaroo hop’, ‘Trio running’, ‘The seis restless’ exercises. | walk<br>run<br>relay race<br>listen<br>line up<br>pass<br>over head<br>between<br>to the side<br>ball<br>flag<br>jump/hop<br>sea<br>form a circle<br>like a snake<br>restless/calm | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение<br>-предлоги over,<br>between               |  |
| 33-<br>34<br><br>М<br>А<br>Й                | Учить слаженно и дружно соревноваться командой, помогая друг другу; развивать выносливость, быстроту движений, скоростной бег. ‘Relay races’, ‘Strongman competition’.   | line up<br>walk<br>hands<br>up/forward/sideways/<br>to the shoulders/on the<br>waist<br>relay race<br>jump<br>sideways<br>backwards  | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение<br>-предлоги up,<br>forward, on, to         |  |
| 35-<br>36<br><br>М<br>А<br>Й                | Закреплять в игровых упражнениях двигательные умения навыки: лазание, прыжки, метание и бросание, равновесие; развивать физические качества. ‘Shoot the pin’, ‘Jumping rope’, ‘Gym bench’, ‘Jumping challenge’ exercises.  | line up<br>walk<br>hands<br>forward/up/to the side/<br>on the waist<br>shoot pin<br>hockey stick<br>puck<br>jumping rope<br>crawl<br>pull yourself<br>bench<br>jump<br>between     | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение<br>-предлоги<br>forward, up, to,<br>between |  |

|                                   |   |   |   |  |
|-----------------------------------|---|---|---|--|
|                                   |   |   |   |  |
| 37-<br>38<br><br>И<br>Ю<br>Н<br>Ь | Закреплять разные виды ходьбы и бега; развивать ловкость, быстроту, выносливость; учить ловить, бросать, перебрасывать мяч 2мя руками разными способами; закреплять бег с увертыванием; учить бегать в медленном темпе, дышать через нос.<br>'Bring the pin', 'Whose team is faster?', 'Chain tag', 'Carp and pike', 'Mousetrap', 'Dodge ball' exercises. | line up<br>walk<br>run<br>raise knees<br>high<br>relay race<br>listen<br>run<br>pin<br>pick up<br>chain<br>touch/tag<br>carp<br>pike<br>float around<br>catch<br>mousetrap<br>throw/pass<br>catch/get/touch | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение<br>-специальный<br>вопрос |  |
| 39-<br>40<br><br>И<br>Ю<br>Н<br>Ь | Закреплять разные виды ходьбы и бега; развивать ловкость, быстроту, выносливость; учить ловить, бросать, перебрасывать мяч 2мя руками разными способами; закреплять бег с увертыванием; учить бегать в медленном темпе, дышать через нос.<br>'Basketball', 'Dog ball', 'Pair tag', 'Mousetrap', 'Hunters and beasts' (repeat) exercises.                  | walk<br>run<br>play<br>basketball<br>throw<br>chest pass<br>touch/catch<br>tag<br>hunters<br>hunt<br>animals<br>throw/shoot   | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение                           |  |