

Обсуждено и утверждено  
Педагогическим советом  
ЧУ ЦО ОО "Аспект"  
от «27» августа 2025 г.

Утверждено  
Генеральным директором  
Мельниковым А.В.  
Приказ № 07-ЛА от «29»  
августа 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА К ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ  
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ПУТЬ К УСПЕХУ»**

**«ФИЗКУЛЬТУРА НА АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКЕ»**

**ВОЗРАСТ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТ 5 ДО 6 ЛЕТ**

Срок реализации 1 год

Составители:  
Мазитова Л.Р.

Санкт-Петербург

2025

## 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 подразделения № 1 НАЛИЧНАЯ ЧУ ОО ЦО «АСПЕКТ» «Путь к успеху» по физкультуре на русском языке, переведенная на английский язык и адаптированная по содержанию с учетом языковых и речевых компетенции 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 игр англоязычных 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 порядковые упражнения: перестроения в 2 и 3 звена
- новые способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами
- возможные направления и разная последовательность действий отдельных частей тела
- новые спортивные игры
- новые правила, варианты их изменения, выбора ведущих в подвижных играх

### **Языковая компетенция:**

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

#### **Грамматика:**

- It is .../ They are ...
- Повелительное наклонение
- Предлоги
- Специальные вопросительные предложения

### **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 двухлетний опыт ознакомления 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 враспынную;<br>развивать<br>выносливость,<br>ловкость, быстроту,<br>равновесие;<br>продолжать учить<br>подбрасывать,<br>перебрасывать мяч<br>несколько раз<br>подряд разными<br>способами.<br>'Snake between the<br>pins', 'Sprint race',<br>'Throwing and<br>catching ball'<br>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                                                        | -It is...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение<br>-предлог behind                        |             |
| 3-4<br><br>С<br>Е<br>Н<br>Т<br>Я<br>Б<br>Р<br>Ь | Закреплять разные<br>виды ходьбы и бега;<br>развивать ловкость,<br>быстроту,<br>выносливость; учить<br>бегать в медленном<br>темпе, дышать через<br>нос.<br>'Relay race', 'The<br>fastest team', 'To<br>your places', 'Touch<br>the last one', 'Sly<br>fox', 'Mouse trap'<br>exercises.       | 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 | -It is...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение<br>-специальный<br>вопрос                 |             |
| 5-6<br><br>О<br>К<br>Т<br>Я<br>Б<br>Р<br>Ь      | Учить ловить,<br>бросать,<br>перебрасывать мяч<br>2мя руками разными<br>способами;<br>закреплять бег с<br>увертыванием;<br>учить дышать<br>носом.<br>'Basketball', 'Touch                                                                                                                     | line up<br>listen<br>walk<br>jog<br>basketball<br>basket<br>ball<br>shoot/throw/catch/<br>chest pass ball<br>touch                                                                                                          | -It is...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение<br>-предлоги<br>inside/outside,<br>around |             |

|                                        |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                             |                                                                                                         |  |
|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                        | the ball', 'Pair tag', 'Carp and pike' exercises.                                                                                                                                                      | pair up<br>clasp hands<br>tag<br>pike<br>carps<br>rocks<br>float around<br>hide<br>inside/outside                                                                           |                                                                                                         |  |
| 7-8<br>О<br>К<br>Т<br>Я<br>Б<br>Р<br>Ь | Закреплять разные виды ходьбы и бега; закреплять двигательные умения навыки детей. 'Hit the hoop', 'Gymnasts', 'Ball tag', 'Tag' 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>ball<br>tag/touch<br>chase               | -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; продолжать учить лазать по гимнастической скамейке; развивать быстрый бег с увертыванием. 'Catch your partner', 'The wolf in the ditch', 'Run-stop-run' exercise | 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 палкой короткими шагами; закреплять бег с преодолением препятствий. 'Fast and accurate', 'The clock', 'Two Father Frosts' exercises                                  | line up<br>walk<br>move right/left<br>fast<br>throw ball<br>hockey stick<br>climb<br>gym wall<br>skip<br>every other<br>birds<br>fly around<br>fly home<br>look for shelter | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное наклонение<br>-спряжение глагола to be<br>-предлог around |  |

|                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                           |  |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Father Frost<br>not afraid<br>freeze/unfreeze                                                                                                                                                    |                                                                                           |  |
| 13-14<br>ДЕКАБРЬ | Развивать глазомер, выносливость, ловкость, быстроту; закреплять правильно исходное положение при метании. 'Snipers', 'Pay attention', 'Tails' 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 | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное наклонение<br>-предлоги around, on, to      |  |
| 15-16<br>ДЕКАБРЬ | Закреплять метание предметов в цель и вдаль из исходного положения; бегать в медленном темпе, дыша носом. 'Jumping tag', 'Stand – go' 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 наклонение<br>-предлоги from ... to, out of |  |
| 17-18<br>ЯНВАРЬ  | Учить использовать разные виды прыжков, способы метания, передачи мяча; развивать выносливость, прыгучесть, ловкость, быстроту движений; развивать мышцы рук и ног при висе на лестнице. 'Catch the chicken', 'Who will make the fewest jumps', 'Passing the ball', 'Hockey', 'Snowball throwing gallery' exercises. | walk<br>long strides<br>jog<br>run<br>catch<br>chicken<br>freeze<br>jump<br>pass around<br>throw<br>snowballs                                                                                    | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное наклонение<br>-предлог around               |  |
| 19-20<br>ЯНВ     | Развивать ловкость, быстроту движений, выносливость; учить дышать через нос при беге зимой. 'Pair tag', 'Dodge                                                                                                                                                                                                       | line up<br>walk<br>run<br>raise knees<br>high<br>on the count of 3                                                                                                                               | -It is ...<br>-They are ...<br>-We are ...<br>-повелительное наклонение<br>-предлог over  |  |

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                  |  |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| А<br>Р<br>Б                                      | ball', 'Mousetrap',<br>'We are happy<br>children', 'Changing<br>places', 'Snake'<br>exercises.                                                                                                                                                                                     | 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                                                                                                                                    |                                                                                                                  |  |
| 21-<br>22<br><br>Ф<br>Е<br>В<br>Р<br>А<br>Л<br>Б | Закреплять навык<br>метания разными<br>способами;<br>развивать ловкость,<br>координацию<br>движений,<br>выносливость.<br>'Shoot the pin',<br>'Snipers', 'Who will<br>take the fewest<br>steps?', 'Snow Queen<br>(Freeze Tag)'<br>exercises.                                        | 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                                                                                                                   | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение<br>-предлог in front<br>of<br>-специальный<br>вопрос |  |
| 23-<br>24<br><br>Ф<br>Е<br>В<br>Р<br>А<br>Л<br>Б | Закреплять<br>двигательные умения<br>навыки; развивать<br>физические качества:<br>быстроту движений,<br>ловкость,<br>выносливость,<br>прыгучесть.<br>'Quickly to your places'<br>'Chain tag', 'Who has<br>more', 'A flock of<br>seagulls', 'Be attentive'<br>'Dog ball' exercises. | 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<br>nest/bush/tree<br>back to back<br>squatting<br>dog<br>throw/pass/hit ball<br>touch/get ball | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение<br>-специальный<br>вопрос                            |  |
| 25-<br>26<br><br>М<br>А<br>Р<br>Т                | Развивать глазомер<br>при метании,<br>координацию и<br>равновесие, быстроту<br>движений и реакцию в<br>играх.                                                                                                                                                                      | line up<br>walk<br>move arms<br>above body<br>run<br>sidestepping                                                                                                                                                                                                         | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение<br>-предлоги above,<br>in front of, on               |  |

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                |  |
|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                 | ‘Hot hand’, ‘Don’t let the ball fall’, ‘Fly, Don’t Fly’, ‘Footprints’ exercises.                                                                                                                                                                    | hold hands up<br>in front<br>clap<br>bean bag<br>on<br>keep balance<br>fly<br>show<br>follow/copy                                                                         |                                                                                                                |  |
| 27-28<br>МАРТ   | Учить катить обруч по прямой линии; развивать прыгучесть в играх; учить принимать позу баскетболиста при бросании мяча в корзину.<br>‘Jump to the line’, ‘Roll the hoop’, ‘Hop on pop’, ‘Running race’ exercises.                                   | 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 | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное наклонение<br>-предлоги backwards, forwards                      |  |
| 29-30<br>АПРЕЛЬ | Закреплять лазание по лестнице чередуя шаг и бег; перебрасывать мяч друг другу в парах разными способами; закреплять в подвижных играх двигательные умения и навыки.<br>‘Pair racing’, ‘Catch up to your partner’, ‘Dog ball’ exercises.            | line up<br>walk<br>swing arms<br>run<br>slowly/fast<br>jump<br>throw<br>catch                                                                                             | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное наклонение                                                       |  |
| 31-32<br>АПРЕЛЬ | Учить соревноваться дружно, помогая друг другу; закреплять бег в парах, не расцепляя рук; развивать ловкость, выносливость, быстроту реакции.<br>‘Whose team is faster’, ‘Pass the ball’, ‘Pass the flag’, ‘Kangaroo hop’, ‘Trio running’ 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                                                 | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное наклонение<br>-предлоги over, between, to<br>-специальный вопрос |  |
| 33-34<br>М      | Учить слаженно и дружно соревноваться командой, помогая друг другу; развивать                                                                                                                                                                       | line up<br>walk<br>hands<br>up/forward/sideways/                                                                                                                          | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное наклонение                                                       |  |

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                            |                                                                                                    |  |
|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| А<br>Й                            | выносливость,<br>быстроту движений,<br>скоростной бег.<br>'Relay races'                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | to the shoulders/on the<br>waist<br>relay race<br>jump<br>backwards                                                                                                        | -предлоги up,<br>forward, on, to                                                                   |  |
| 35-<br>36<br><br>М<br>А<br>Й      | Закреплять в игровых<br>упражнениях<br>двигательные умения<br>навыки: лазание,<br>прыжки, метание и<br>бросание, равновесие;<br>развивать физические<br>качества.<br>'Shoot the pin',<br>'Jumping rope', 'Gym<br>bench' 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                | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение<br>-предлоги<br>forward, up, to,<br>on |  |
| 37-<br>38<br><br>И<br>Ю<br>Н<br>Б | Закреплять разные<br>виды ходьбы и бега;<br>развивать ловкость,<br>быстроту,<br>выносливость; учить<br>ловить, бросать,<br>перебрасывать мяч<br>2мя руками разными<br>способами;<br>закреплять бег с<br>увертыванием;<br>учить бегать в<br>медленном темпе,<br>дышать через нос.<br>'Bring the pin',<br>'Whose team is<br>faster?', 'Chain tag',<br>'Carp and pike',<br>'Mousetrap'<br>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 | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение                                        |  |
| 39-<br>40<br><br>И<br>Ю<br>Н<br>Б | Разные виды ходьбы<br>и бега; ловкость,<br>быстроту,<br>выносливость;<br>ловить, бросать,<br>перебрасывать мяч<br>2мя руками разными<br>способами; бег с<br>увертыванием; бег в<br>медленном темпе,<br>дышать через нос.<br>'Basketball', 'Dog<br>ball', 'Pair tag',<br>'Mousetrap'<br>exercises.                                                                                                 | walk<br>run<br>play<br>basketball<br>throw<br>chest pass<br>touch/catch<br>tag                                                                                             | -It is ...<br>-They are ...<br>-повелительное<br>наклонение                                        |  |

