

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 8 «Ласточка»

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом
МБДОУ детский сад комбинированного вида №8
«Ласточка»
Протокол от 28.08.2024 г № 1

УТВЕРЖДЕНО
Приказом МБДОУ детского сада
комбинированного вида №8
«Ласточка»
от 28.08.2024 г. № 66



Рабочая программа
инструктора по физической культуре
МБДОУ детский сад комбинированного вида №8 «Ласточка»
на 2024-2025 учебный год

Составила: инструктор по физической культуре
Тимофеева Н.Е.

Навашино
2024год

Оглавление

1. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Цель

Задачи

Принципы и подходы к формированию рабочей программы

Нормативно правовые документы

Характеристика детей и групп ДОО

Срок реализации рабочей программы

1.2. Характеристика возрастных-физических особенностей развития детей

1.3. Планируемые результаты освоения рабочей программы

1.4. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми

2. Содержательный раздел

2.1. Содержание образовательной деятельности Физическое развитие

- Вторая младшая группа. От 3 до 4 лет
- Средняя группа. От 4 до 5 лет
- Старшая группа. От 6 до 7 лет
- Подготовительная группа. От 6 до 7 лет

Задачи воспитания

2.2 Интеграция с другими образовательными областями

2.3 Годовой план работы инструктора по физической культуре на текущий год

2.4 Комплексно-тематическое планирование

2.5 Культурно-досуговая деятельность

2.6 Формы взаимодействия с родителями

2.7 Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений

2.8 Направления и задачи коррекционно-развивающей работы с детьми дошкольного возраста с особыми образовательными потребностями различных целевых групп

3. Организационный раздел

3.1 Физкультурно-оздоровительная работа

3.2 Организация предметно-пространственной среды

3.3 Методическое обеспечение образовательной деятельности

3.4 Материально-техническое оснащение программы

4. Приложения

Перечень музыкальных произведений

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Цель	Реализация содержания образовательной программы дошкольного образования в соответствии с требованиями ФООП ДО и ФГОС ДО
Задачи	обеспечение единых для РФ содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО; построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития; создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей; обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности; достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования; охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Принципы и подходы к формированию рабочей программы	1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития; 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования; 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений; 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности; 5) сотрудничество Организации с семьёй; 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства; 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности; 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития); 9) учёт этнокультурной ситуации развития детей.
Нормативно-правовые документы	Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральный закон от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»; Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»; Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ п. 6 ст. 28;

	<p>Закон «Об образовании в Российской Федерации» ст. 48 «Обязанности и ответственность педагогических работников» Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776) в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования; Конвенция о правах ребенка ООН; Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования"(Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847) Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1022 "Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" (Зарегистрирован 27.01.2023 № 72149) СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» Рабочая программа соотнесена с образовательной программой (наименование ДОО по уставу), построенная на основе ФОП ДО и ФГОС ДО Положении о Рабочей программе воспитателя в (название ДОО по уставу)</p>
Характеристика детей и групп ДОО	<p>Характеристика воспитанников МБДОУ Детский сад комбинированного вида №8 «Ласточка» на 2024-2025 учебный год: Общее количество детей...102.человекадевочек -%мальчиков-.....% Описание Вторая младшая группа. От 3 до 4 лет Средняя группа. От 4 до 5 лет Старшая группа. От 5 до 6 лет Подготовительная группа. От 6 до 7 лет</p>
Срок реализации рабочей программы	<p>2024-2025 учебный год (1 сентября 2024 – 31 августа 2025 года)</p>

1.2. Характеристика возрастных-физических особенностей развития детей

<p>Вторая младшая группа. От 3 до 4 лет</p> <p>На 4-м году жизни возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время внимание у детей неустойчиво, они отвлекаются и часто переходят от одного вида деятельности к другому. В этом возрасте ребёнок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он ещё не заботится о результатах своих действий, поглощён самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают всё более преднамеренный характер. Ребёнок уже в состоянии повторять движение по своему усмотрению или по предложению педагога, различать некоторые его способы, соблюдать нужное</p>

направление. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребёнок может соблюдать определённую их последовательность. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребёнок более сознательно следит за педагогом, когда он даёт образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.

Средняя группа. От 4 до 5 лет

Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убеждён в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Всё это обуславливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

Старшая группа. От 5 до 6 лет

Двигательная деятельность ребёнка становится всё более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группки по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребёнка его движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребёнка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребёнком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развёрнутый и обоснованный характер, что обуславливает большую её объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний, пытаются освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растёт уровень

физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путём целенаправленного развития двигательных качеств. В результате регулярных занятий физической культурой, организованных педагогом и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

Подготовительная группа. От 6 до 7 лет

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

1.3 Планируемые результаты освоения рабочей программы

Планируемые результаты освоения рабочей программы к 4 годам

- | | |
|----|---|
| 1 | ребенок ориентируется в пространстве по зрительным и звуковым ориентирам, при совместных построениях и выполнении основных движений, в подвижных играх; |
| 2. | по показу педагога принимает исходное положение, более уверенно выполняет движения, сохраняет равновесие при выполнении физических упражнений, музыкально-ритмических движений, реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое, выполняет общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения; |
| 3. | осваивает спортивные упражнения; |
| 4. | проявляет положительное отношение к физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм, знает правила в подвижных играх, стремится к выполнению ведущих ролей в игре; |
| 5. | понимает необходимость соблюдения чистоты и гигиены для здоровья, имеет сформированные полезные привычки; |
| 6. | знает основные правила безопасного поведения в двигательной деятельности. |

Планируемые результаты освоения рабочей программы к 5 годам

1.	ребенок осваивает разнообразные физические упражнения и музыкально-ритмические упражнения, проявляет двигательную активность и психофизические качества;
2.	демонстрирует координацию движений, развитие глазомера, ориентировку в пространстве с ориентирами и без, стремиться сохранять правильную осанку;
3.	проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, с желанием выполняет упражнения основной гимнастики;
4.	участвует в подвижных играх и досуговой деятельности;
5.	Проявляет настойчивость и упорство для достижения результата, стремится к победе, соблюдает правила в подвижных играх, переносит освоенные упражнения в самостоятельную двигательную деятельность;
6.	Знает об отдельных факторах, положительно влияющих на здоровье, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности;
7.	имеет сформированные полезные привычки
Планируемые результаты освоения рабочей программы к 6 годам	
1.	ребенок выполняет физические упражнения в соответствии с возрастными возможностями, достаточно технично, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно;
2.	проявляет в двигательной деятельности (на занятиях по физкультуре, гимнастике и др.) сформированные в соответствии с возрастом психофизические качества;
3.	способен проявить творчество, составляя несложные комбинации из знакомых общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений, основных движений и продемонстрировать их, придумать движения в подвижной игре и организовать ее;
4.	стремится осуществлять самоконтроль и дает оценку двигательным действиям других детей и своим;
5.	свободно ориентируется в пространстве, овладевает некоторыми туристскими умениями;
6.	проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам и экскурсиям;
7.	умеет взаимодействовать в команде, проявляет инициативу, самостоятельность, находчивость, взаимопомощь, стремится к личной и командной победе, демонстрирует нравственно-волевые качества, ответственность перед командой, преодолевает трудности;
8.	знает способы укрепления здоровья и факторы, положительно влияющие на него;
9.	имеет представления о некоторых видах спорта, спортивных достижениях, туризме, как форме активного отдыха, правилах гигиены, безопасного поведения в двигательной деятельности, стремиться их соблюдать;
10.	понимает необходимость сохранения и укрепления здоровья, может оказать посильную помощь больным близким, стремиться заботиться о своем здоровье и здоровье других людей.
11.	
Планируемые результаты освоения рабочей программы к 7 годам	
1.	ребенок результативно, уверенно, технически точно, выразительно с достаточной амплитудой и усилием выполняет физические упражнения, музыкально-ритмические упражнения и их комбинации с пособиями и без;
2.	осваивает элементы спортивных игр по возрасту, проявляет психофизические качества;
3.	сохраняет равновесие, правильную осанку, свободно ориентируется в пространстве без ориентиров;
4.	осуществляет самоконтроль, может дать оценку выполнения упражнений другими детьми;
5.	

6.	проявляет двигательное творчество , придумывает комбинации движений в общеразвивающих упражнениях и подвижных играх, с удовольствием
7.	импровизирует; активно и с желанием участвует в подвижных играх и эстафетах, проявляет инициативу, может их самостоятельно организовать и провести со сверстниками и младшими детьми;
8.	проявляет инициативу, находчивость, морально-нравственные и волевые качества (смелость, честность, взаимовыручка, целеустремленность, упорство и др.), оказывает помощь товарищам, стремится к личной и командной победе, демонстрирует ответственность перед командой, преодолевает трудности;
9.	осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности; имеет начальные представления о правилах здорового образа жизни, организме человека, некоторых видах спорта и спортивных достижениях;
10.	знает, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье, заботливо относится к своему здоровью и здоровью окружающих, стремиться оказать помощь и
11.	поддержку больным людям; соблюдает правила безопасного поведения в двигательной деятельности и во время пеших туристских прогулок и экскурсий; владеет навыками личной гигиены, может определить и описать свое самочувствие;

1.4. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики :

Н.В. Верещагина «Диагностика индивидуального развития детей 3-4 лет»

Н.В. Верещагина «Диагностика индивидуального развития детей 4-5 лет»

Н.В. Верещагина «Диагностика индивидуального развития детей 5-6 лет»

Н.В. Верещагина «Диагностика индивидуального развития детей 6-7 лет»

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики

2. Содержательный раздел

2.1 Содержание образовательной деятельности Физическое развитие.

Вторая младшая группа. От 3 до 4 лет

Основные задачи	обогащать двигательный опыт ребенка разнообразными движениями, активизировать двигательную деятельность, обучая строевым упражнениям, основным движениям, общеразвивающим и спортивным упражнениям, музыкально-ритмическим упражнениям, подвижным играм; развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, гибкость, способность быстро реагировать на сигнал;
------------------------	---

	<p>формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, самостоятельность, умение согласовывать свои действия с движениями других детей;</p> <p>сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки; закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщать к здоровому образу жизни, формируя полезные привычки</p>
направления	Содержание образовательной деятельности
	<p>Педагог формирует умение выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения. Создает условия для освоения основных движений и спортивных упражнений, организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения естественно, согласованно, сохраняя равновесие. Формирует умение слышать указания педагога, принимать исходное положение, реагировать на зрительный и звуковой сигналы, начинать и заканчивать движение по сигналу, соблюдать правила в подвижной игре. Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки</p>
<p>Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения)</p>	<p>Основные движения:</p> <p><i>бросание, катание, ловля, метание:</i> прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку;</p> <p><i>ползание, лазанье:</i> ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;</p> <p><i>ходьба:</i> ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;</p>

бег: бег группами и по одному за направляющим, враспынную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегającego; бег в течение 50-60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120-150 м;

прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см);

упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); перекладывание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседаюая «пружинки», кружение; имитационные движения – разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, враспынную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка

	<p>расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).</p> <p>2) Подвижные и игры : педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).</p> <p>3) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках: по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.</p> <p>4) Формирование основ здорового образа жизни: педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).</p> <p>5) Активный отдых. <i>Физкультурные досуги:</i> досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения. <i>Дни здоровья:</i> в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.</p>
--	---

Средняя группа. От 4 до 5 лет

<p>Основные задачи</p>	<p>Обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;</p> <p>формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;</p> <p>воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;</p> <p>продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической</p>
-------------------------------	--

	<p>культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;</p> <p>укреплять здоровье ребёнка, опорно двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;</p> <p>формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.</p>
Направление	Содержание образовательной деятельности
	<p>Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.</p> <p>Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.</p>
<p>Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).</p>	<p>Основные движения:</p> <p><i>бросание, катание, ловля, метание:</i> прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м;</p> <p><i>ползание, лазанье:</i> ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;</p> <p><i>ходьба:</i> ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру;</p>

перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);

бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег в рассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег в рассыпную с ловлей и увертыванием;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); перекладывание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса:

сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднимание на носки и

опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, враспынную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

2) Подвижные игры: педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих (придумывание и комбинирование движений в игре).

3) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе.

Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

4) Формирование основ здорового образа жизни: педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания,

	<p>соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.</p> <p>5) Активный отдых.</p> <p>Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.</p> <p>Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально- ритмические и танцевальные упражнения.</p> <p><i>Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.</i></p> <p>Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.</p>
--	--

Старшая группа. От 5 до 6 лет

<p>Основные задачи</p>	<p>обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;</p> <p>развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;</p> <p>воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;</p> <p>продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;</p> <p>укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;</p> <p>расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;</p> <p>воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.</p>
<p>Направления</p>	<p>Содержание образовательной деятельности</p>
	<p>Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт</p>

<p>1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения, подвижные игры, спортивные упражнения).</p>	<p>детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.</p> <p>Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.</p> <p>Основные движения: <i>бросание, катание, ловля, метание:</i> прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой {правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;</p> <p><i>ползание, лазанье:</i> ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;</p> <p><i>ходьба:</i> ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;</p> <p><i>бег:</i> бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег</p>
---	--

10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2х10 м, 3х10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;

прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно -ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки;

«ласточка».

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжимание и разжимание кистей;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из

разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений.

Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуются упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «С каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

Строевые упражнения:

педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равенство в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

2) Подвижные игры:

Педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

3) Спортивные игры:

педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

4) Спортивные упражнения:

педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

5) Формирование основ здорового образа жизни:

педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья.

Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок.

Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

6) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов).

	<p>Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.</p> <p>Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.</p> <p><i>Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.</i></p> <p><i>Дни здоровья:</i> педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.</p> <p><i>Туристские прогулки и экскурсии.</i> Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами – на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.</p>
--	--

Подготовительная к школе группа. От 6 до 7 лет

Основные задачи	<p>обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;</p> <p>развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;</p> <p>поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;</p> <p>воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;</p> <p>формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;</p> <p>сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в</p>
------------------------	--

	<p>двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;</p> <p>воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.</p>
Направления	Содержание образовательной деятельности.
1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения,	<p>Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.</p> <p>В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.</p> <p>Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.</p> <p>Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.</p> <p>Основные движения:</p> <p><i>бросание, катание, ловля, метание:</i> бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).</p> <p><i>ползание, лазанье:</i> ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват</p>

ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;

ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;

бег: бег в колонне по одному, враспынную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;

прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;

прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку – прыжок – выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.

упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».

Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

Строевые упражнения:

педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3);

расчет на первый – второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

2) Подвижные игры: педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

3) Спортивные игры:

педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.

4) Спортивные упражнения:

педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

5) Формирование основ здорового образа жизни:

педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях

и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

б) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.

Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее

10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.

Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать

	результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.
--	---

Задачи воспитания

Ценности	«Жизнь», «Здоровье»
Задачи воспитания	<p>воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;</p> <p>формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;</p> <p>становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;</p> <p>воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;</p> <p>приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;</p> <p>формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.</p>

2.2 Интеграция с другими областями

Процесс интеграции представляет собой объединение в единое целое ранее разрозненных компонентов и элементов системы на основах взаимозависимости и взаимодополняемости. Принцип интеграции образовательных областей выступает как основополагающий принцип работы ДОУ. В педагогической науке понятие «интеграция в сфере образования» определяется как средство и условие достижения целостности мышления. Интегративный подход дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности.

Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»	Создание на занятиях физической культурой педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки, оценивании результатов игр и соревнований, где формируются первичные представления о себе, собственных возможностях. Побуждение к проговариванию действий и названию упражнений, поощрение речевой активности в обсуждении пользы закаливания и занятий физической культурой.
Образовательная область «Познавательное развитие»	Активизация мышления детей через подвижные игры и упражнения со спортивным оборудованием; просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни; самостоятельный выбор игры, пересчет мячей; специальные упражнения на ориентировку в пространстве, усвоение нового материала, построение конструкций; закрепление знаний об окружающем мире, обогащение знаний о двигательных режимах, о своих физических возможностях.
Образовательная область	Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и

«Речевое развитие»	малоподвижных играх. Развивать умение понимать обращенную речь с опорой и без опоры на наглядность при выполнении физических упражнений и играх; развивать умение соблюдать этику общения в условиях коллективного взаимодействия.
Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»	С целью развития воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме используются художественные произведения, игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок. Отражение впечатлений детей о прослушанных и знакомых произведениях, литературных героях и событиях на физкультурных занятиях, праздниках; освоение элементов танца и ритмопластики для создания танцевальных композиций спортивного направления.

Формы организованной образовательной деятельности

Физкультурные занятия

- в традиционной форме
- в форме круговой тренировки
- сюжетно-игровые
- состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности
- в форме соревнования
- контрольно - зачетные занятия

Подвижные игры

- сюжетные
- бессюжетные
- игры с правилами
- народные подвижные игры

Игровые упражнения

Спортивные игры (элементы)

- футбол
- баскетбол
- городки

Физкультурные праздники

Методы и приемы обучения

Наглядные

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физоборудования, зрительные ориентиры);
- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

Словесные

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.

Практические

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;
- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

<i>Физическое развитие</i>			
	Формы	Способы	методы
	Младшая группа 3 - 4 года		
ОО физическое развитие ООД методика Л. И. Пензулаевой	Физкультурные занятия; Закаливающие процедуры; Утренняя гимнастика; корригирующая гимнастика; Подвижные игры; Развлечения; Спортивные праздники	Физкультурно-оздоровительные технологии: развитие физических качеств, двигательной активности, формирование правильной осанки. Психологическая безопасность ДОУ: Установление оптимального двигательного режима. Виды здоровьесберегающих технологий: Технологии обучения здоровому образу жизни (физкультурные занятия).	Наглядно-зрительный (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); наглядно-слуховые (музыка, песни), тактильно-мышечные приёмы (помощь педагога); словесный-объяснения, пояснения, указания, подача сигналов, образный сюжетный рассказ; Практический-повторение упражнений без изменения, проведение в игровой форме.
	Средняя группа 4 - 5 лет		
ОО физическое развитие ООД методика Л. И. Пензулаевой	Физкультурные занятия; Закаливающие процедуры; Утренняя гимнастика; корригирующая гимнастика; физкультминутки; Подвижные игры; Спортивные праздники, развлечения; самостоятельная двигательная игровая деятельность.	Физкультурно-оздоровительные технологии: развитие физических качеств, двигательной активности, формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности. Психологическая безопасность ДОУ: Установление оптимального двигательного режима. Виды здоровьесберегающих технологий: технологии сохранения и стимулирования здоровья (релаксация, различные гимнастики). Технологии обучения здоровому образу жизни (физкультурные занятия проблемно-игровая образовательная деятельность)	Наглядно-зрительный (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); наглядно-слуховые приемы (музыка, песни), тактильно-мышечные приёмы (помощь педагога); словесный- объяснения, пояснения, указания, подача сигналов, вопросы к детям, образный сюжетный рассказ, беседа,; Практический-повторение упражнений без изменения, проведение в игровой форме.
	Старшая группа 5-6 лет.		

<p>ОО физическое развитие ООД методика Л. И. Пензулаевой</p>	<p>Физкультурные занятия; Закаливающие процедуры; Утренняя гимнастика; подвижные игры; корректирующая гимнастика; физкультминутки; физкультурные упражнения на прогулке; спортивные игры; спортивные праздники, развлечения; самостоятельная двигательная игровая деятельность детей.</p>	<p>Физкультурно-оздоровительные технологии: развитие физических качеств, двигательной активности, формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности. Психологическая безопасность ДОУ: комфортная организация режимных моментов, установление оптимального двигательного режима. Виды здоровьесберегающих технологий: технологии сохранения и стимулирования здоровья (динамические паузы, подвижные и спортивные игры, различные гимнастики). Технологии обучения здоровому образу жизни (физкультурные занятия проблемно-игровая образовательная деятельность, коммуникативные игры).</p>	<p>Наглядный, наглядно-зрительный (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); наглядно-слуховые приемы (музыка, песни), тактильно-мышечные приемы (помощь педагога); словесный- объяснения, пояснения, указания, подача сигналов, подача команд, распоряжений, вопросы к детям, образный сюжетный рассказ, беседа, словесная инструкция. Практический- повторение упражнений без изменения и с изменениями, проведение упражнений в соревновательной форме, в игровой форме.</p>
Подготовительная группа 6-7 лет.			
<p>ОО физическое развитие ООД методика Л. И. Пензулаевой</p>	<p>Физкультурные занятия; Закаливающие процедуры; Утренняя гимнастика; подвижные игры; корректирующая гимнастика; физкультминутки; физкультурные упражнения на прогулке; спортивные игры; спортивные праздники, развлечения;</p>	<p>Физкультурно-оздоровительные технологии: развитие физических качеств, двигательной активности, формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности. Психологическая безопасность ДОУ: комфортная организация режимных моментов, установление оптимального двигательного режима. Виды здоровьесберегающих технологий: технологии сохранения и стимулирования здоровья (динамические паузы,</p>	<p>Наглядный, наглядно-зрительный (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); наглядно-слуховые приемы (музыка, песни), тактильно-мышечные приемы (помощь педагога); словесный- объяснения, пояснения, указания, подача сигналов, подача команд, распоряжений, вопросы к детям, образный сюжетный рассказ, беседа, словесная инструкция. Практический- повторение упражнений без изменения и с изменениями, проведение упражнений в соревновательной форме, в игровой форме.</p>

	самостоятельная двигательная игровая деятельность детей.	подвижные и спортивные игры, различные гимнастики). Технологии обучения здоровому образу жизни (физкультурные занятия проблемно-игровая образовательная деятельность, коммуникативные игры).	
--	--	---	--

Формы работы по образовательной области «Физическое развитие»

Возраст воспитанников	Формы организации
Дети с 3 до 4 лет	<ul style="list-style-type: none"> - Занятия ФИЗО; - Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты) - Подвижные игры - Физкультпаузы в середине времени отведенного на ООД, физкультминутки между ее периодами - Индивидуальная работа по физическому развитию - Интегративная деятельность - Игровая беседа с элементами движений - Контрольно-диагностическая деятельность и др.
Дети с 4 до 5 лет	<ul style="list-style-type: none"> - Занятия ФИЗО; - Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты) - Подвижные игры - Физкультпаузы в середине времени отведенного на ООД, физкультминутки между ее периодами - Индивидуальная работа по физическому развитию - Интегративная деятельность - Игровая беседа с элементами движений - Контрольно-диагностическая деятельность и др. - Спортивные и физкультурные досуги - Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера - Проблемная ситуация - Активный отдых

<p>Дети с 5 до 6 лет</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Занятия ФИЗО; - Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты) - Подвижные игры - Физкультпаузы в середине времени отведенного на ООД, физкультминутки между ее периодами - Индивидуальная работа по физическому развитию - Интегративная деятельность - Проблемная ситуация - Игровая беседа с элементами движений - Контрольно-диагностическая деятельность и др. - Спортивные и физкультурные досуги - Спортивные состязания - Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера - Проектная деятельность - Проблемная ситуация - Активный отдых
<p>Дети с 6 до 7 лет</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Занятия ФИЗО; - Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты) - Подвижные игры - Физкультпаузы в середине времени отведенного на ООД, физкультминутки между ее периодами - Индивидуальная работа по физическому развитию - Интегративная деятельность - Игровая беседа с элементами движений - Контрольно-диагностическая деятельность и др. - Спортивные и физкультурные досуги - Спортивные состязания - Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера - Проектная деятельность - Проблемная ситуация - Активный отдых - Детский туризм, Дни здоровья

Методы работы по образовательной области «Физическое развитие»

Возраст воспитанников	Методы работы	Методы поддержки детской инициативы
Дети с 3 до 5 лет	<p>Методы обучения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Наглядный:</i> • Наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) • Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни) • Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога) - <i>Словесный:</i> • Объяснения, пояснения, указания • Подача команд, сигналов • Вопросы к детям • Образный сюжетный рассказ, беседа • Словесная инструкция - <i>Практический:</i> • Проведение упражнений в игровой форме; • Проведение упражнений в соревновательной форме <p>Методы воспитания: - методы формирования сознания личности (взглядов, оценок, суждений, идеалов): разъяснение, беседа, рассказ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы организации деятельности, общения, опыта поведения: игровые воспитательные ситуации, пример, приучение, упражнение, совместная деятельность со взрослым и детьми и др. - методы стимулирования и мотивации деятельности и поведения: поощрение; - методы контроля, самоконтроля и самооценки деятельности и поведения: вопросы, анализ поступков персонажей художественной литературы 	<ul style="list-style-type: none"> - создание условий для психологического и эмоционального комфорта воспитанников; - поощрение детей; - игровые приемы в работе с детьми; - развитие и поддержание познавательного интереса детей; - моделирование и схематизация; - экспериментирование; - воображаемая ситуация; - придумывание сказок; - сюрпризные моменты и элементы новизны и др.

<p>Дети с 5 до 7 лет</p>	<p>Методы обучения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Наглядный:</i> • Наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) • Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни) • Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога) - <i>Словесный:</i> • Объяснения, пояснения, указания • Подача команд, сигналов • Вопросы к детям • Образный сюжетный рассказ, беседа • Словесная инструкция - <i>Практический:</i> • Повторение упражнений без изменения и с изменениями • Проведение упражнений в игровой форме; • Проведение упражнений в соревновательной форме <p>Методы воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы формирования сознания личности (взглядов, оценок, суждений, идеалов): разъяснение, беседа, рассказ; - методы организации деятельности, общения, опыта поведения: игровые воспитательные ситуации, пример, приучение, упражнение, совместная деятельность со взрослым и детьми и др. - методы стимулирования и мотивации деятельности и поведения: поощрение и соревнование; - методы контроля, самоконтроля и самооценки деятельности и поведения: вопросы, анализ поступков персонажей художественной литературы, оценка поступков сверстников, самооценка, оценка поступков взрослого и др. 	<ul style="list-style-type: none"> - создание условий для психологического и эмоционального комфорта воспитанников; - поощрение детей; - игровые приемы в работе с детьми; - развитие и поддержание познавательного интереса детей; - экспериментирование; - моделирование и схематизация; - воображаемая ситуация; - придумывание сказок; - сюрпризные моменты и элементы новизны; - юмор и шутка; - сочетание разнообразных средств на одном занятии и др.
---------------------------------	--	--

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		Самостоятельная деятельность детей	Образовательная деятельность в семье
ООД	Образовательная деятельность в режимных моментах		
<p>Физкультурные занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сюжетно-игровые, - тематические, -классические, -тренирующие, - на улице, -походы. <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> -с предметами, - без предметов, -сюжетные, -имитационные. <p>Игры с элементами спорта.</p> <p>Спортивные упражнения</p>	<p>Индивидуальная работа с детьми</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Игровые ситуации</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> -классическая, -игровая, -полоса препятствий, -музыкально-ритмическая, -аэробика, - имитационные движения <p>Физкультминутки</p> <p>Динамические паузы</p> <p>Подвижные игры</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Игровые ситуации</p> <p>Проблемные ситуации</p> <p>Имитационные движения</p> <p>Спортивные праздники и развлечения</p> <p>Гимнастика после дневного сна:</p> <ul style="list-style-type: none"> -оздоровительная, -коррекционная, -полоса препятствий. <p>Упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - корригирующие -классические, - коррекционные 	<p>Подвижные игры</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Имитационные движения</p>	<p>Беседа</p> <p>Консультации</p> <p>Совместные развлечения и Праздники</p> <p>Мастер – классы</p> <p>Проектная Деятельность</p>

2.3 Годовой план работы инструктора по физической культуре

Месяц	Организационно-педагогическая работа	Методическая работа и взаимодействие с педагогами	Работа с детьми	Работа с родителями и социумом
1	2	3	4	5
Сентябрь	<p>1.Оформить карты диагностического обследования.</p> <p>2.Пересмотреть и внести изменения в перспективные планы работы по результатам диагностики.</p> <p>3.Разработать таблицы для обработки результатов диагностики.</p> <p>4. Проверить и подготовить физкультурное оборудование для НОД</p> <p>5. Разработать план методцентра</p>	<p>1.Познакомить воспитателей с результатами диагностического обследования детей, выработать рекомендации по индивидуальной работе на учебный год.</p> <p>2.Определить содержание индивидуального маршрута развития ребёнка по разделу «Физическое развитие» для воспитателей группы.</p> <p>3.Подготовить фотоотчет по оздоровительной работе за летний период.</p> <p>4.Консультация «Техника безопасности на физкультурных занятиях»</p> <p>5. Мастер-класс для педагогов «Проведение утренней оздоровительной гимнастики»</p>	<p>1.Провести диагностику физического развития детей.</p> <p>2.Организовать и провести музыкально-спортивный праздник «До свиданья, лето!» (старш. дош. возраст)</p> <p>3.Провести Спортивное развлечение «Веселый паровозик», «Путешествие в осенний лес» -мл. и средний возраст</p> <p>4.Участие детей старшего возраста в соревнованиях «Кросс Нации»</p>	<p>1.Выступления на родительских собраниях: «Задачи физического воспитания детей на учебный год. Организация физкультурных занятий в детском саду. Формы работы по физическому воспитанию. Двигательная активность ребенка в режиме дня».</p> <p>2. Организовать фотовыставку «Отчет о проведении летней оздоровительной компании 2024».</p> <p>3.Участие родителей вместе с детьми в массовом забеге «Кросс Нации 2024»</p>
Октябрь	<p>1.Продолжать пополнять физкультурное оборудование в зале, фонотеку новыми аудиозаписями</p> <p>2.Участие в творческой группе по подготовке и</p>	<p>1. Внести изменения в содержание предметно-развивающей среды групп, пополнив необходимым физкультурным</p>	<p>1.Подготовить и провести спортивные развлечения «Правила дорожные детям знать положено!», «Красный, желтый, зеленый!» для детей</p>	<p>1.Провести индивидуальные беседы с родителями по результатам диагностики физической подготовленности детей, пути ее совершенствования.</p>

	<p>проведению спортивного развлечения для детей с участием взрослых</p>	<p>оборудованием на основании результатов диагностики</p> <p>2. Провести консультацию для воспитателей «Рекомендации педагогам по проведению физкультурно-оздоровительной работы с учетом состояния здоровья»»</p> <p>3. Разработать план совместных оздоровительных мероприятий с логопедом и муз. руководителем для детей с ОВЗ.</p>	<p>старших и подготовительных групп.</p> <p>2 .Провести развлечение для детей младших и средних групп «В гости к бабушке», «В гости к ежику Ерофею»</p>	<p>2.Консультация« Значение режима дня для оздоровления ребенка»</p>
Ноябрь	<p>1. Продолжать разрабатывать конспекты сюжетно-игровых занятий для младших дошкольников.</p> <p>2.Изучать литературу по теме: «Обогащение двигательного опыта дошкольников»; «Степ – аэробика и фитбол-аэробика для оздоровления детей»</p>	<p>1. Провести консультацию с воспитателями «Фольклор для маленьких на занятиях физической культурой»</p> <p>2. Консультация для воспитателей «Организация и проведение гимнастики пробуждения»</p> <p>3. Предметно-развивающая среда для самостоятельной двигательной деятельности детей» - консультация для воспитателей</p> <p>4. Мастер класс совместно с логопедом «Использование логоритмических упражнений и игр для оздоровления детей»</p>	<p>. Провести спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья!» (пропаганда здорового образа жизни) для детей среднего, старшего возраста и их родителей (на базе ледового дворца «Флагман»)</p> <p>2. Провести развлечение «В гостях у Матрешки», «Наша дружная семья!»</p>	<p>1. Привлечь родителей к подготовке и участию в празднике «Папа, мама, я – спортивная семья!». Работа с учебно-методическим отделом ледового дворца.</p> <p>2. Подготовить фотовыставку о спортивном празднике «Папа, мама, я – спортивная семья!!» и развлечении «В гостях у Матрешки!»</p> <p>3. Провести индивидуальные беседы по запросам родителей</p> <p>4. Консультация «Играем вместе. Оздоровительные игры и упражнения дома».</p>

<p>Декабрь</p>	<p>1. Продолжать пополнять фонотеку к занятиям с элементами ритмической гимнастики. 2. Приобрести литературу по теме «Фитнес для детей» 3. Участие в педсовете «Формы взаимодействия ДОУ и семьи по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей, формирование у них представлений о безопасном образе жизни».</p>	<p>1. Провести индивидуальные консультации для воспитателей «Закрепление основных видов движений при проведении ритмической гимнастики». 2. Подобрать игровые и имитационные упражнения для воспитателей младших групп. 3. Провести открытые занятия по физической культуре с использованием нетрадиционного оборудования 4. Совместно с логопедом провести мастер- класс «Физкультминутки для детей ОВЗ»</p>	<p>1. Провести час здоровья «Зимние чудеса», «В мире много сказок» для старших дошкольников 2.Подготовить и провести развлечение на улице «Прыг – скок команда», «Готовимся к зиме» для детей средних и младших групп.</p>	<p>1. Подготовить материал для наглядной агитации «Осанка вашего ребёнка» 2. Фотоотчет о спортивных развлечениях. Познакомить родителей с программными задачами и содержанием работы на квартал. 3. Провести индивидуальные консультации «Профилактика и коррекция осанки»</p>
<p>Январь</p>	<p>1. Диагностическое обследование, обработать результат. 2. Пополнить фонотеку для физкультурных занятий , утренней гимнастики и игровых упражнений. 3. Внедрять использование физкультурных занятий вида «Азбука здоровья» 4. Работа по теме самообразования.</p>	<p>1. Работа с врачом. Составить план коррекционной работы с учётом диагностических данных по физическому развитию детей на второе полугодие. 2. Подготовить рекомендации по содержанию физкультурно-оздоровительной работы с часто болеющими детьми. 3. Совместно с воспитателями подготовить спортивный праздник для детей и</p>	<p>1. Провести спортивный праздник «Зимняя Олимпиада!» для детей среднего, старшего возраста и их родителей (на базе ледового дворца «Флагман») 2.Подготовить и провести в рождественские каникулы развлечение «Зимние забавы!», «Встреча со снеговиком!» для детей средних и младших групп.</p>	<p>1. Провести индивидуальные консультации на тему «Играем вместе с ребенком на прогулке» 2.Консультация «Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе». 3. Провести конкурс стенгазет «Вместе за здоровый образ жизни»</p>

		<p>родителей «Вместе с папой, вместе с мамой!»).</p> <p>4.Консультации с логопедом по составлению комплексов пальчиковой гимнастики.</p>		
Февраль	<p>1. Оформить физкультурный зал к совместному развлечению детей с родителями «День защитника Отечества».</p> <p>2. Пополнить фонотеку для спортивных развлечений.</p> <p>3. Участвовать в дистанционных конкурсах для педагогов и предоставить методический материал для сайта ДОУ</p>	<p>1. Совместно с музыкальным руководителем подобрать материал к развлечению «День защитника Отечества».</p> <p>2. Совместно с воспитателями групп подготовить развлечение «День защитника Отечества».</p> <p>3. Консультации с логопедом по составлению комплексов логоритмической гимнастики.</p> <p>4. Консультация для воспитателей «Приемы и методы для формирования у детей представлений о безопасном образе жизни»</p>	<p>1. Провести совместное развлечение детей с родителями ко Дню защитника Отечества</p> <p>2. «Папу своего люблю, быть похожим на него хочу!» старш. дети</p> <p>3. Провести развлечение для млад. детей «Мы моряки!», «Наша армия самая сильная!» для сред. детей</p> <p>4.Участие старших дошкольников в лыжных соревнованиях «Лыжня России».</p>	<p>1.Привлечь родителей к подготовке и участию в спортивном празднике и развлечении к Дню защитника Отечества и соревнованиях «Лыжня России».</p> <p>2.Организовать фотовыставку «Здоровье это здорово!».</p> <p>3.Конкурс рисунков «Зимние виды спорта»</p>
Март	<p>Изготовить нетрадиционное спортивное оборудование – массажный коврик для профилактики плоскостопия, сшить флажки и ленточки для упражнений</p> <p>Участие в утренниках ко дню 8 Марта</p> <p>Продумать костюмы и атрибуты для выступления на соревнованиях</p>	<p>1. . Совместно с музыкальным руководителем подготовить аэробику для выступления команды на соревнованиях «Малышиада».</p> <p>Индивидуальные консультации для воспитателей по изготовлению нетрадиционного спортивного оборудования.</p>	<p>Провести спортивное развлечение «В гости к солнышку», «На весенней полянке»- младший и средний возраст</p> <p>Подготовка и участие команды детей в районных соревнованиях «Малышиада»</p> <p>3. Провести спортивный досуг для старших детей «Сказочные эстафеты» и «Веселый стадион».</p>	<p>1.Рекомендации «Профилактика ОРЗ и гриппа».</p> <p>2.Консультация «Роль подвижных игр в оздоровлении детей»</p> <p>Оформить фотовыставку о развлечениях и соревнованиях «Малышиада»</p>

	4. Подготовить команду детей для участия в районных соревнованиях «Малышиада»	2. Совместно с музыкальным руководителем подготовить спортивный досуг «Веселый стадион». 3. Консультации с логопедом по проведению музыкально-ритмических игр.		Помощь родителям в регистрации детей для сдачи нормативов комплекса ГТО.
Апрель	1. Оформить зал к проведению дня здоровья с участием родителей «Делай с нами, делай, как мы, делай лучше нас!» 2. Участие в методической работе 3. Подготовка документов и детей, участвующих в сдаче комплекса ГТО	1. Индивидуальные консультации для воспитателей по изготовлению нетрадиционного спортивного оборудования. 2. Индивидуальные консультации для воспитателей «Дыхательная гимнастика для детей». 3. Совместно с педагогами подготовить и провести экологический праздник «День Земли»	1. Провести день здоровья «Делай с нами, делай, как мы, делай лучше нас!» для детей всех групп с участием родителей 2. Участие детей во всероссийской зарядке, посвященной «Дню Здоровья» 3. Развлечение с младшими детьми «Путешествие в весенний лес», «Незнайка и его друзья» 4. Сдать нормативные тесты ГТО на базе дворца спорта с детьми зарегистрированными на сайте ГТО.	1. Участие родителей в дне здоровья 2. Провести для родителей открытые занятия по профилактике плоскостопия и нарушения осанки. 3. Беседа - рекомендации «Спортивный уголок дома». 4. Индивидуальные консультации по запросам родителей. 5. Фотоотчет «Малышиада»
Май	1. Составить план физкультурно-оздоровительной работы на летний период. 2. Составить план индивидуальной работы с детьми на летний период по результатам диагностики. 3. Учитывать при составлении плана на летний период	1. Педсовет по результатам диагностики. 2. Познакомить воспитателей с результатами диагностического обследования детей, выработать рекомендации по индивидуальной работе на летний период.	1. Провести диагностику физического развития детей. 2. Провести музыкально-спортивный праздник «Здравствуй, лето!» на базе ледового дворца совместно с инструктором по спорту л/д 3. Провести досуг для средних групп «Путешествие к	1. Принять участие в проведении групповых родительских собраний по результатам работы за год «Наши достижения». 2. Провести совместно с инструктором по спорту ледового дворца «Флагман» праздник «Здравствуй, лето!»

	участие детей в мероприятиях ледового дворца и отдела культуры, спорта и молодежной политики.	Консультация «Развитие основных движений на прогулке в летний период» 3.Выступление на педагогическом совете «Сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников через формирование у них представлений о безопасном образе жизни». 4.Совместно с творческой группой разработать летний праздник (конкурс)	солнышку!», для младших «Лесная сказка» 4.Открытое занятие оздоровительного цикла «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»	3. Организовать фотовыставку «Отдых всей семьей с пользой для здоровья!» 4.Консультация для родителей « Стадион дома»
Июнь	1. Пополнить фонотеку для проведения музыкально-спортивного праздника, посвящённого Дню Защиты детей. 2. Оформить зал (площадку) для проведения музыкально-спортивного праздника, посвящённого Дню Защиты детей. 3. Разработать план летней оздоровительной работы	1. Совместно с музыкальным руководителем подготовить материал для проведения музыкально-спортивного развлечения, посвящённого Дню Защиты детей. 2. Подобрать материал для воспитателей для разучивания и чтения с детьми ко Дню Защиты детей 3. Совместно с творческой группой разработать и подготовить конспект праздника для участия в районном конкурсе.	1. Провести музыкально-спортивное развлечение, посвящённое Дню Защиты детей «Вместе нам не бывает скучно». 2.Участие в районном конкурсе летних праздников для детей. 3.Провести для младших детей праздник «Ура, Физкультминутка!»	1. Оформить фотовыставку о празднике, посвященном Дню Защиты детей. 2. Подобрать материал для наглядной агитации (ширма) о летнем отдыхе с детьми. 3. Подготовить наглядную информацию «Игры летом для оздоровления детей». 4.Час здоровья «Массовое катание родителей с детьми» на базе ледового дворца.

Июль	<p>1. Оформить зал (площадку) к спортивному празднику «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья».</p> <p>2. Пополнить фонотеку к празднику «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», «Игры водяного»</p>	<p>1. Провести индивидуальные консультации для воспитателей «Закаляйся, если хочешь быть здоров».</p> <p>2. Подобрать материал для воспитателей о закаливании, о летнем отдыхе для наглядной агитации родителям.</p>	<p>1. Провести спортивный праздник «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» для детей средних групп.</p> <p>2. Провести развлечение для старших и подготовительных групп «Игры водяного».</p>	<p>1. Оформить фотовыставку о празднике «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья».</p> <p>2. Провести индивидуальные беседы о пользе водных, солнечных и воздушных процедур в летний период.</p>
Август	<p>1. Подготовить документацию на начало учебного года.</p> <p>2. Составить индивидуальный годовой план работы по разделу «Физическое воспитание».</p>	<p>1. Подготовить рекомендации по оформлению и содержанию физкультурных уголков к началу учебного года в соответствии с возрастом.</p> <p>2. Обсудить план взаимодействия со специалистами (логопед, музыкальный руководитель, старший воспитатель) на новый учебный год</p>	<p>1. Провести развлечение для старших и подготовительных групп «Соревнования на самокатах и велосипедах»</p> <p>2. Провести развлечение для младших групп «Праздник мыльных пузырей»</p>	<p>1. Провести индивидуальные консультации для родителей «Исправляем осанку детей».</p> <p>Подготовить наглядный материал «Комплексы корригирующих упражнений»</p> <p>2. Провести индивидуальные беседы с родителями о необходимости приобретения спортивной формы и обуви детям.</p>
Ежемесячно	<p>1. Вносить изменения в календарные планы, учитывая результаты диагностических данных, анализа двигательной деятельности ребёнка и его индивидуальных особенностей.</p> <p>2. Составлять перспективно-календарный план.</p> <p>3. Вести карту индивидуальной работы с детьми.</p>	<p>1. Проводить индивидуальную работу с ведущими праздников и развлечений.</p> <p>2. Проводить консультации по содержанию и проведению физкультурных занятий, подвижных игр и оздоровительных мероприятий; организовать совместную деятельность ребёнка и взрослого.</p>	<p>1. Проводить физкультурные занятия, утреннюю гимнастику, индивидуальную работу с детьми.</p> <p>2. Проводить спортивные развлечения и праздники.</p> <p>3. Проводить оздоровительные игры и спортивные упражнения на свежем воздухе</p>	<p>1. Организовать фото и видео съёмку для оформления фоторепортажей, стенгазет, альбомов.</p> <p>2. Проводить индивидуальные консультации, рекомендации и беседы для родителей по запросу и необходимости.</p> <p>3. Учитывать план работы учебно-методического отдела ледового дворца и</p>

	<p>4. Участвовать в работе творческой группы.</p> <p>5. Участие в работе педсоветов, методических объединений – согласно годовому плану работы.</p>	<p>3. Давать рекомендации по проведению индивидуальной работы с детьми.</p> <p>4. Вести работу по плану метод центра.</p>		<p>отдела культуры, спорта и молодежной политики.</p> <p>4. Вести работу по плану метод центра.</p>
--	---	---	--	---

2.4 Комплексно-тематическое планирование

Месяц, неделя	Тема недели	
Сентябрь	1 неделя	«До свиданья лето!» «День знаний»
	2 неделя	«Правила дорожного движения должны все знать без исключения!»
	3 неделя	«Я в мире человек. Правила безопасного поведения дома и на улице»
	4неделя	«Осень. Волшебные краски осенней природы»
Октябрь	1 неделя	«Подарки осени» (фрукты, овощи, ягоды, грибы)
	2 неделя	«Осень в жизни животных и птиц»
	3 неделя	«Хлеб всему голова»
	4неделя	Волшебные слова и поступки» (культура общения, этикет, эмоции)
	5 неделя	«Моя родина Россия»
Ноябрь	1 неделя	
	2 неделя	«Мой город – мой дом»
	3 неделя	«Наш быт. Истории предметов и игрушек»
	4неделя	«Моя семья, моя мама» (Ко Дню Матери)
Декабрь	1 неделя	«Зимушка-зима»
	2 неделя	«Наши права и наши добрые дела»
	3 неделя	«Я - человек», «Что я знаю о себе?», «Здоровейка»
	4неделя	«Новогодний калейдоскоп»
Январь	1-2 неделя	«Рождественские каникулы»
	3 неделя	«Зимние забавы, зимние виды спорта»
	4 неделя	«Одежда, обувь, головные уборы»
	5 неделя	«Зима. Животные птицы»
	Февраль	1 неделя
2 неделя		«Груд в жизни человека» (профессии)
3 неделя		«Наша Армия»
4 неделя		23 – февраля День Защитника Отечества
Март	1 неделя	«8 Марта – Международный женский день»
	2 неделя	«Весна в природе»(Дикие животные,птицы, насекомые,первоцветы)
	3 неделя	
	4 неделя	В гостях у сказки. История книги» (неделя книги и театра)
Апрель	1 неделя	«Если хочешь быть здоров...»
	2 неделя	«Планета Земля. Космос»
	3 неделя	«Мир природы вокруг нас»
	4 неделя	«Мир технических чудес»
	5 неделя	«День Победы»
май	1 неделя	
	2 неделя	«Полевые и садовые цветы, насекомые»
	3 неделя	Мониторинг
	4 неделя	«Вот и лето пришло» и «Азбука безопасности»

2.5 Культурно-досуговая деятельность

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику,

посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Цель: приобщать детей к здоровому образу жизни; расширять и уточнять представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях; поддерживать интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху; развивать физические качества (быстроту, ловкость, силу); воспитывать полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

	II младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подгот. группа
Сентябрь	«Веселый паровозик»	«Путешествие в осенний лес»	Муз.- спорт. праздник «До свиданья, лето!»	
Октябрь	«В гости к бабушке»	«В гости к ежику Ерофею»	«Правила дорожные-детям знать положено!»	«Красный, желтый, зеленый!»
Ноябрь	«В гостях у Матрёшки»	«Наша дружная семья!»»	Спортивный праздник «Мама, папа, я спортивная семья!»	
Декабрь	«Прыг –скок команда»	«Готовимся к зиме»	«Зимние чудеса»	«В мире много сказок»
Январь	«Встреча со Снеговиком»	«Зимние забавы»	«Веселые соревнования мальчишек и девчонок!»	«Зимняя Олимпиада!» с участием родителей
Февраль	«Мы моряки»	«Наша Армия самая сильная!»	«День защитника Отечества»	«Папу своего люблю, быть похожим на него хочу!»
Март	«В гости к Солнышку»	«На весенней полянке»	«Сказочные эстафеты»	«Веселый стадион» (со сказочными персонажами)
Апрель	«Путешествие в весенний лес»	«Незнайка и его друзья»	« Делай с нами, делай как мы, делай лучше нас!»	«Мальшиада» «Мы сильные, смелые, ловкие!»
Май	«Лесная сказка»	«Путешествие к солнышку»	«Я здоровье берегу, сам себе я помогу»	«Здравствуй, лето!»
Июнь	«В городе здоровячков»	«Петрушка в гостях у ребят»	«Вместе нам не бывает скучно!»	« Псылка из Простоквашино» квест - игра с родителями
Июль	«Непослушные мячи»	«Хотим быть здоровыми»	«Быстрее! Выше! Сильнее!»	«Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья!»
Август	«Зверята спортсмены»	«Весёлые старты»	«Путешествие в страну здоровья»	«Тропинки здоровья»

2.6 Формы взаимодействия с родителями

месяц	темы	Форма работы
Сентябрь	<p>1. Выступления на родительских собраниях: «Задачи физического воспитания детей на учебный год. Организация физкультурных занятий в детском саду. Формы работы по физическому воспитанию.</p> <p>2. «Двигательная активность ребенка в режиме дня».</p> <p>2. Организовать фотовыставку «Отчет о проведении летней оздоровительной компании 2023-24».</p> <p>3. Участие родителей вместе с детьми в массовом забеге «Кросс Нации 2024»</p>	<p>Родительское собрание Папка-передвижка</p> <p>Консультация</p> <p>Фотовыставка</p> <p>Опрос</p>
Октябрь	<p>1. Провести индивидуальные беседы с родителями по результатам диагностики физической подготовленности детей, пути ее совершенствования.</p> <p>2. Консультация «Значение режима дня для оздоровления ребенка»</p>	<p>Стеновый материал Беседа</p> <p>Консультация</p>
Ноябрь	<p>1. Привлечь родителей к подготовке и участию в празднике «Папа, мама, я – спортивная семья!». Работа с учебно-методическим отделом ледового дворца.</p> <p>2. Подготовить фотовыставку о спортивном празднике «Папа, мама, я – спортивная семья!!» и развлечении «В гостях у Матрешки!»</p> <p>3. Провести индивидуальные беседы по запросам родителей</p> <p>4. Консультация «Играем вместе. Оздоровительные игры и упражнения дома».</p>	<p>Праздник</p> <p>Папка-передвижка</p> <p>Мастер-класс Консультация</p>
Декабрь	<p>1. Подготовить материал для наглядной агитации «Осанка вашего ребёнка»</p> <p>2. Фотоотчет о спортивных развлечениях. Познакомить родителей с программными задачами и содержанием работы на квартал.</p> <p>3. Провести индивидуальные консультации «Профилактика и коррекция осанки»</p>	<p>Ширма Фотовыставка Стеновый материал</p> <p>Консультация</p>
Январь	<p>1. Провести индивидуальные консультации на тему «Играем вместе с ребенком на прогулке»</p> <p>2. Консультация «Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе».</p> <p>3. Провести конкурс стенгазет «Вместе за здоровый образ жизни»</p>	<p>Консультация (стендовый материал)</p> <p>Знакомство с семейными традициями</p>
Февраль	<p>1. Привлечь родителей к подготовке и участию в спортивном празднике и развлечениях к Дню защитника Отечества и соревнованиях «Лыжня России».</p>	<p>Семейный спортивный досуг Соревнования Инд. консультации Фотовыставка</p>

	2.Организовать фотовыставку «Здоровье это здорово!». 3.Конкурс рисунков «Зимние виды спорта»	Ширма
Март	1.Рекомендации «Профилактика ОРЗ и гриппа». 2.Консультация «Роль подвижных игр в оздоровлении детей» 3.Оформить фотовыставку о развлечениях и соревнованиях «Малышиада» 4.Помощь родителям в регистрации детей для сдачи нормативов комплекса ГТО.	Стендовый материал Мастер-класс Фотовыставка Консультация
Апрель	1. Участие родителей в дне здоровья 2.Провести для родителей открытые занятия по профилактике плоскостопия и нарушения осанки. 3.Беседа - рекомендации «Спортивный уголок дома». 4. Индивидуальные консультации по запросам родителей. 5. Фотоотчет «Малышиада»	Развлечение День открытых дверей Консультация Беседа Папка-передвижка
май	1. Принять участие в проведении групповых родительских собраний по результатам работы за год «Наши достижения». 2. Провести совместно с инструктором по спорту ледового дворца «Флагман» праздник «Здравствуй, лето!» 3. Организовать фотовыставку «Отдых всей семьей с пользой для здоровья!» 4.Консультация для родителей « Стадион дома»	Родительское собрание (стендовый материал) Праздник Фотовыставка консультация
июнь	1. Оформить фотовыставку о празднике, посвященному Дню Защиты детей. 2. Подобрать материал для наглядной агитации (ширма) о летнем отдыхе с детьми. 3. Подготовить наглядную информацию «Игры летом для оздоровления детей». 4.Час здоровья «Массовое катание родителей с детьми» на базе ледового дворца.	Фотовыставка Папка-передвижка Консультация (стендовый материал) Активный отдых семьей

2.7 Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений

Актуальность	Формирование у детей дошкольного возраста (3-7 лет) базиса культуры на основе ознакомления с бытом и жизнью родного народа, его характером, присущими ему нравственными ценностями, традициями, особенностями культуры.
Парциальная программа	Князева О. Л., Маханева М. Д. Приобщение детей к истокам русской народной культуры: Программа. Учебно-методическое пособие. – 2-е изд., перераб. и доп. – СПб: Детство-Пресс, 2010
Цель	Цель программы состоит в приобщении детей ко всем видам национального искусства -от архитектуры до живописи, от пляски, сказки и музыки до театра.

Задачи	<p>1.Формирование устойчивого интереса к традициям русского народа, устному народному творчеству и декоративно-прикладному искусству.</p> <p>2.Воспитание уважения к труду и таланту мастеров.</p> <p>3.Развитие речи на основе фольклорного материала, знакомства с предметами народного обихода в прошлом.</p> <p>4.Воспитание чувства любви к Родине, уважения её прошлого и настоящего.</p> <p>5.Формирование навыков социального общения.</p>
Планируемые результаты	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные литературные понятия по фольклору; - краткое содержание прочитанных литературных произведений; - быт и традиции русского народа; - песни, частушки, потешки, загадки, пословицы, поговорки, заклички. - Умеет рассказывать русские народные сказки, потешки и обыгрывать их; - Использует в игре предметы быта русского народа; - Создает творческие работы по фольклорным произведениям
Основные направления	<ul style="list-style-type: none"> - Позитивный центризм, (отбор знаний, наиболее актуальных для ребенка данного возраста); - Дифференцированный подход к каждому ребенку, учет его психологических особенностей, возможностей и интересов; - Развивающий характер обучения, основанный на детской активности; - Сочетание научности и доступности материала; - Наглядность; - Рациональное сочетание разных видов деятельности, характерный возрасту баланс интеллектуальных, эмоциональных и двигательных нагрузок; - Профессиональная компетентность педагога; - Систематичность и последовательность. - Принцип от близкого к далекому; - Принцип системно-организованного подхода, который предполагает скоординированную работу всех специалистов ДОУ; - Принцип учета региональных условий.
Формы, методы, средства	<ul style="list-style-type: none"> - Беседы; - Занятия на основе метода интеграции; - Рассмотрение подлинных изделий народного искусства, иллюстраций, альбомов; - Экскурсии; - Дидактические игры;

	<ul style="list-style-type: none"> - Экспериментирование с различными художественными материалами; - Развлечения, фольклорные праздники, посиделки; - Заучивание считалок, закличек, прибауток, небылиц, потешек, стихов, русских народных песен; - Использование народных игр, в том числе хороводов.
--	--

2.8 Направления и задачи коррекционно-развивающей работы с детьми дошкольного возраста с особыми образовательными потребностями различных целевых групп

Основная цель коррекционной работы — комплексная реабилитация часто болеющих детей, включающая проведение мероприятий, направленных на предупреждение заболевания и укрепление здоровья воспитанников. Для ее достижения создана необходимая предметно-пространственная среда, подобрано физкультурное оборудование. Для решения задач по укреплению здоровья и физическому развитию детей в ДОУ имеются:

- физкультурные уголки в каждой группе, оснащенные в достаточном количестве специальным оборудованием и инвентарем, мягкими модулями, реабилитационными мячами;
- медицинский кабинет
- оборудованная физкультурная площадка на улице;
- разнообразный спортивный инвентарь.

Работает комплексная система оздоровления, предназначенная для ослабленных и часто болеющих детей (ЧБД):

- отработана модель взаимодействия педагогического и медицинского персонала в работе с часто болеющими и ослабленными детьми;
 - разработаны здоровьесберегающие технологии с целью профилактики заболеваний и коррекции оздоровления детей.
- Через различные формы методической работы (консультации, семинары-практикумы, открытые просмотры из опыта работы) разработана и внедрена система оздоровления ЧБД с учетом воспитательно-образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности (табл. 1).

В детском саду разработаны формы оздоровительной работы с детьми (табл. 2), а для каждого ребенка составляется индивидуальный план оздоровления, куда вносятся все проводимые с ним мероприятия (табл. 3). В конце года подводятся итоги — анализируются показатели заболеваемости и рассчитывается **показатель эффективности оздоровления (ПЭО)** (табл. 4).

Необходимое условие успешной работы по оздоровлению воспитанников — взаимодействие с семьей.

Формы работы с родителями:

- собеседование, анкетирование;
- наглядная агитация (стенды, памятки, статьи из периодической печати);
- групповые родительские собрания: ознакомительные в начале года, общепрофилактические со специалистами, итоговые;
- групповые и индивидуальные беседы;
- дни открытых дверей (с показом физкультурных занятий);
- совместные мероприятия детей и взрослых (спортивные развлечения, спортивные праздники и т.д.).

Родителям рекомендован следующий план оздоровления, единый с ДОУ:

- Обеспечение оптимального режима:

- продленный сон;
 - регулярные закаливающие процедуры (не прекращать их после очередного ОРЗ, а только снизить интенсивность);
 - дыхательная гимнастика (постоянно);
 - обязательное полоскание рта после еды;
 - дотация фруктов и овощей по сезону, в том числе лука и чеснока;
 - настойка шиповника;
 - средства для повышения аппетита;
 - витамины в возрастной дозе.
2. Осенью и весной в течение 10—15 дней необходимо включать комплекс профилактических мероприятий:
- смазывание зева водным раствором прополиса или раствором люголя, медом с соком алоэ.
 - физиотерапевтические методы лечения по назначению врача.
3. Использование оксолиновой мази в период повышенной заболеваемости.
4. Консультации 1—2 раза в год у оториноларинголога, осмотр детей стоматологом, анализы мочи, крови.
- Только совместными усилиями педагогов, медицинских работников и родителей можно достичь эффективности в оздоровлении ослабленных и часто болеющих детей.

3. Организационный раздел

3.1 Физкультурно-оздоровительная работа

В группе проводится постоянная работа по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций. Под руководством медицинского персонала осуществляется комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды, с учетом состояния здоровья детей и местных условий. При проведении закаливающих мероприятий осуществляется дифференцированный подход к детям, учитываются их индивидуальные возможности. Обращается внимание на выработку у детей правильной осанки. В помещении обеспечивается оптимальный температурный режим, регулярное проветривание; детей приучают находиться в помещении в облегченной одежде. Обеспечивается пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня. Обеспечивается оптимальный двигательный режим – рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет не менее 60% от всего времени бодрствования. Ежедневно проводится с желающими детьми утренняя гимнастика. В процессе образовательной деятельности, требующей высокой умственной нагрузки, и в середине времени, отведенного на занятия, проводятся физкультминутки длительностью 1-3 минуты.

Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет
Физкультурные занятия	а) в помещении	3 раза в неделю 15 минут	3 раза в неделю 20 минут	2 раза в неделю 25 минут	2 раза в неделю 30 минут
	б) на улице			1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика	Ежедневно 5–6 минут	Ежедневно 6-8 минут	Ежедневно 8-10 минут	Ежедневно 10-12 минут
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15–20 минут	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25 минут	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30 минут	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40 минут
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий			
	г) пальчиковые игры, упражнения д) элементы дыхательной гимнастики, самомассажа е) хождение босиком по массажным дорожкам ж) индивидуальная работа по развитию движений	Во время бодрящей гимнастики (после сна) и на утренней гимнастике ежедневно Гимнастика после сна, утренняя гимнастика, на физкультурных занятиях оздоровительного типа Ежедневно			
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20 минут	1 раз в месяц 20 минут	1 раз в месяц 30-35 минут	1 раз в месяц 40 минут
	б) физкультурный праздник		2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 50 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	1 раз в квартал			

Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно

Система закаливания на холодный период года:

3.2 Организация развивающей предметно-пространственной среды

Предметно-пространственная среда физкультурного зала предполагает специально созданные условия, такие, которые необходимы для полноценного проживания ребенком дошкольного детства. Пространство зала приспособлено для удовлетворения ребенком потребности в познании, общении, физическом и духовном развитии.

Развивающая предметно - пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства и материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм и упражнениям. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование.

Музыкально- спортивный зал детского сада занимает отдельное помещение (на втором этаже ДОУ) и предназначен для проведения утренней гимнастики, физкультурных и музыкальных занятий, праздников, физкультурных досугов, соревнований. Оборудование спортивного зала включает: гимнастические лестницы, маты, канат, веревочную лестницу, гимнастические скамейки разной высоты, батут, а также разнообразный спортивный инвентарь и спортивные атрибуты для физического развития детей. Отделка всех помещений детского сада соответствует санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования.

Наименование оборудования, учебно-методических и игровых материалов	количество
Гимнастические стенки деревянные (высота 3 м, расстояние между перекладинами 25 см)	4 шт.
Набор мягких фигур-модулей	1 комплект
Доска гимнастическая наклонная (длина 1.5м)	1 шт.
Скамейки гимнастические (длиной 2 м, высота 40 см.)	2 шт.
Доска гимнастическая наклонная (длиной 2 м,)	1 шт.
Футбольные ворота	2 шт.
Мишень для метания в цель	2 шт.
Стойки для прыжков в высоту	2 шт.
Баскетбольная корзина	2 шт.
Мячи: • маленькие (резиновые массажные), • большие (резиновые), • для фитбола • баскетбольные • футбольные	15 шт. 20 шт. 10 шт. 1 шт. 1 шт. 1 шт.

• волейбольные • пластмассовые	30 шт.
Гимнастический мат (длина 1.5 м)	6 шт.
Палка гимнастическая (длина 60 см)	30 шт.
Скакалка детская	10 шт.
Кольцеброс	4 шт.
Кегли	20 шт.
Бадминтон	4 шт.
Обруч пластиковый детский • большой (диаметр 80 см) • средний (диаметр 60 см)	4 шт. 20 шт.
Конус для эстафет большой	2 шт.
Флажки	20 шт.
Султанчики	30 шт.
Дуга для подлезания	6 шт.
Кубики пластмассовые	10 шт.
Доски ребристые деревянные	2 шт.
Стойки для прыжков	2 шт.
Канат 2,5 м.	2 шт.
Шест	1 шт.
Перекладина	1 шт.
Фигуры-отверстия для пролезания	4 шт.
Шнур длиной 2м.	1 шт.
«Степ-платформы»	15 шт.
«Островок»	1 комплект
«Ходунки»	2 шт.
Набивные мешочки	20 шт.
Цветные ленточки (длина 60 см)	20 шт.
Бубен	1 шт.
Ребристая дорожка деревянная (длина 200 см, ширина 25 см)	2 шт.
Ребристая доска	1 шт.
Массажная дорожка	1 шт.
Клюшки хоккейные	2 шт.
Шайбы для хоккея	2 шт.
Корзина для мячей	2 шт.
Батут	1 шт.
Секундомер	1 шт.
Свисток	1 шт.
Беговая дорожка детская(70 x 60 x 80 см)	1 шт.
Велотренажер детский (55 x 35 x 70 см)	1 шт.
Гребной тренажер (94 x 37 x 30 см)	1 шт.
Тренажер «Бегущий по волнам» (75 x 50 x 88 см)	1 шт.
Силовой тренажер детский(95 x 76 x 89 см)	1 шт.
Диск здоровья	6 шт.
Тренажер «Балансир»	1 шт.
Нейроскакалка	2 шт.

3.3 Методическое обеспечение образовательной деятельности

Программа	Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой Мозаика – Синтез Москва 2016 г. - 368 стр.
Технологии и пособия	<p>Э.Я. Степаненкова «Методика физического воспитания» М.; Издательский дом «Воспитание дошкольника» 2005 год. – 96 стр.</p> <p>Э. Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» Для занятий с детьми 2 – 7 лет. Мозаика – Синтез Москва 2016 год. – 144 стр.</p> <p>В.И. Анферова «Физкультурные сюжетные занятия с детьми 3-4 лет» М. ТЦ Сфера, 2012. –112 стр.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» М.- Мозаика – синтез, 2016. – стр. 80.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет» М.- Мозаика – синтез, 2016. – 112 стр.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет» М.- Мозаика – синтез, 2016. – 128 стр.</p> <p>Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 6-7 лет» М.- Мозаика – синтез, 2016. - 112 стр.</p> <p>Л. И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. Мозаика – Синтез Москва 2016 год. - 128 стр.</p> <p>Е.В. Сулим «Детский фитнес» физкультурные занятия для детей 3-5 лет: для занятий с детьми 3-5 лет. М. ТЦ Сфера 2014. -160с.</p> <p>Е.В. Сулим «Детский фитнес» физкультурные занятия для детей 3-5 лет: для занятий с детьми 5-7 лет. М. ТЦ Сфера 2015. - 224с.</p> <p>В.Л. Страковская «300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет».- М.: Новая школа,1994.-288с.,ил. = цв. Приложение, 32с.</p> <p>Л.И. Мосянина «Целостная система физкультурно-оздоровительной работы с детьми раннего и младшего дошкольного возраста. - СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2013. -288с</p> <p>В.Н. Зимонина Расту здоровым. Программно-методическое пособие для детского сада: В 2ч. Ч.1. -М.: ТЦ Сфера, 2013. - 128с. (Растим детей здоровыми) 2006. - 128 стр.</p> <p>В.Н. Зимонина Расту здоровым. Программно-методическое пособие для детского сада: В 2ч. Ч. 2. -М.: ТЦ Сфера, 2013. - 240с.(Растим детей здоровыми) 2006.- 128 стр.</p> <p>С.В. Силантьева «Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста». – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2013. -208с.</p> <p>С.Ю. Федорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Младшая группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2017. - 96с.</p> <p>С.Ю. Федорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 4-5 лет. Средняя группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2017. -96с.</p>

	<p>С.Ю. Федорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Старшая группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2017. -96с.</p> <p>С.Ю. Федорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 6-7 лет. Подготовительная к школе группа. – М.: Мозаика Синтез, 2017. -96с.</p> <p>Н.В. Нищева «Веселая дыхательная гимнастика» СПб; ООО «Издательство Детство – Пресс», 2016 -32 стр. цв. ил.</p> <p>Н.В. Нищева «Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковых гимнастик». Изд. 2-е, дополненное СПб: ООО «Детство –Пресс», 2018.</p> <p>Н.В. Верещагина «Диагностика индивидуального развития детей 3-7 лет»СПб ООО «Детство –Пресс»</p> <p>Н.В. Верещагина «Диагностика индивидуального развития детей 5-6 лет с ТНР» СПб ООО «Детство –Пресс» 2022</p> <p>Н.В. Верещагина «Диагностика индивидуального развития детей 6-7 лет с ТНР» СПб ООО «Детство –Пресс» 2022</p>
--	--

3.4 Материально-техническое оснащение программы

Музыкальный центр	2 шт.
Проектор и экран	1 шт.
Портативная колонка	1 шт.

4. Приложения

Перечень музыкальных произведений