

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 63
комбинированного вида Кировского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА:

Педагогическим советом ГБДОУ детского сада № 63 комбинированного вида Кировского района Санкт-Петербурга
Протокол № 4 от 28.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА:

Заведующим ГБДОУ детским садом № 63 комбинированного вида Кировского района Санкт-Петербурга

_____Архипова Т. Н.

приказ от 28.08.2024 г. № 64-ОД

**Рабочая программа инструктора по физической культуре
по реализации образовательной области физическое развитие
Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детского сада № 63 Кировского района Санкт-Петербурга**

срок реализации 1 год

Инструктор по физической культуре
Алонова Екатерина Сергеевна

**Санкт-Петербург
2024**

Содержание

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

1.2. Цель Рабочей программы инструктора по физической культуре.

1.3. Принципы Рабочей программы инструктора по физической культуре

1.4. Возрастные особенности контингента детей, воспитывающихся в образовательном учреждении

II. Основные задачи и содержание образовательной деятельности в области физического развития по возрастам ФГОСДО и ФОП ДО.

2.1. Планируемые результаты в раннем возрасте (к трем годам):

2.2. Физическое развитие. От 1 лет до 3 лет.

2.3. Содержание образовательной деятельности.

2.4. Планируемые результаты в дошкольном возрасте. К четырем годам:

2.5. Физическое развитие. От 3 лет до 4 лет.

2.6. Содержание образовательной деятельности.

2.7. Планируемые результаты в дошкольном возрасте. К пяти годам:

2.8. Физическое развитие. От 4 лет до 5 лет.

2.9. Содержание образовательной деятельности.

3.0. Планируемые результаты в дошкольном возрасте. К шести годам:

3.1. Физическое развитие. От 5 лет до 6 лет.

3.2. Содержание образовательной деятельности.

3.0. Планируемые результаты в дошкольном возрасте. К семи годам:

3.1. Физическое развитие. От 6 лет до 7 лет.

3.2. Содержание образовательной деятельности.

III. Планирование индивидуальной работы (проводится, исходя из результатов педагогической диагностики)

IV. Календарно-тематический план деятельности по физическому развитию в соответствии с ФОП ДО

V. Взаимодействие с семьей воспитанников

VI. Организационный раздел

Описание организации ППРС по обеспечению возможности реализации двигательной индивидуальной и коллективной деятельности дошкольников.

VII. Паспорт физкультурного зала.

VIII. Сетка занятий.

VIV. Учебно-методическое и информационное обеспечение образовательного процесса.

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа разработана с учетом образовательной программы дошкольного образования государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №63 комбинированного вида Кировского района Санкт-Петербурга разработанной в соответствии с ФГОС дошкольного образования и Федеральной образовательной программой дошкольного образования.

Рабочая программа является составной частью образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детского сада №63 комбинированного вида Кировского района Санкт-Петербурга, утверждённой приказом № 64-ОД от 28.08.2024.

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства.

Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка. Физкультурные праздники, физкультурный досуг, Дни здоровья являются важными компонентами активного отдыха детей.

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность ДОУ:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации», № 273 от 29.12.2012г
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменением, внесенным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января .2019 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776
- Пункт 5 Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей, утверждённых Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2022, № 46, ст. 7977).
- Пункт 21 статьи 2 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательств Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598).
- Конституцией Российской Федерации ст. 43, 72;
- Письмом Минобразования от 02.06.1998г № 89/34-16 «О реализации права ДОУ на выбор программ и педагогических технологий»;
- СанПиНом 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержденный приказом от 17.10.2013г. N 1155 Министерства образования и науки Российской Федерации)

1.2 Цель рабочей программы

Цель программы: Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных

возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья. формирование основ здорового образа жизни.

Реализация данной цели связана с решением следующих задач:

- развитие физических качеств — скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- накопление и обогащение двигательного опыта детей — овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);
- формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Программа направлена на:
 - реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
 - соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;
 - усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

1.3 Принципы построения программы по ФГОС:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество Организации с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей.

1.4 Возрастные особенности контингента детей, воспитывающихся в образовательном учреждении.

Возрастные особенности детей от 2 до 7 лет

У ребенка с 2 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества.

Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему.

За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки.

За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным.

Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении.

После года отмечаются прибавки на каждом году жизни по 2 – 2,5 кг. К 6 -7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка.

Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических

упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка.

Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 – 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S – образный изгиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений.

В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь.

В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с 3,5 – 4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается станова́я сила - сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 – 34 кг по сравнению с 15 – 17 кг в 3 – 4 года.

Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений.

В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечно-сосудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела.

На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки.

После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

Проявления в психическом развитии: - хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;

- стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость; - стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечно-фасциальный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей.

К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К

6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени – это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость).

Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет.

Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики. У ребенка развиты основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скоростные и силовые качества):

- сохраняет статическое равновесие (от 15 секунд), стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги);

- подбрасывает и ловит мяч двумя руками (от 10 раз);

- прыгает в длину с места, приземляясь на обе ноги и не теряя равновесие;

- бегаёт свободно, быстро и с удовольствием, пробегает со старта дистанцию 30 м, ловко обегает встречающиеся предметы, не задевая их;

- бросает теннисный мяч или любой маленький мяч, снежок, мешочек и прочее удобной рукой на 5-8 метров;

- хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку.

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений.

Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей. Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение.

Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе непосредственно образовательной деятельности по физической культуре. Причём, в каждом возрастном периоде непосредственно образовательная деятельность имеют разную направленность:

- Маленьким детям они должны доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучить приёмам элементарной страховки

- В среднем возрасте – развить физические качества (прежде всего выносливость и силу)

- В старших группах – сформировать потребность в движении, развивать двигательные способности и самостоятельность и т.д.

Поэтому мы пытаемся использовать разнообразные варианты проведения непосредственно образовательной деятельности:

Непосредственно образовательная деятельность по традиционной схеме.

Непосредственно образовательная деятельность, состоящая из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности.

Ритмическая гимнастика.

Соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей.

Сюжетно-игровая непосредственно образовательная деятельность.

Различные виды непосредственно образовательной деятельности (использование тренажеров и спортивных комплексов, туризм и другие).

II. Основные задачи и содержание образовательной деятельности в области физического развития по возрастам.

2.1 Планируемые результаты в раннем возрасте (к трем годам):

- у ребёнка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры;

2.2 Физическое развитие.

От 1 лет до 3 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазание, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
- поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;
- формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

2.3 Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует умение выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно- оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребёнка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.

Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).

Основные движения:

Основные движения	
Задачи	Содержание
бросание, катание, ловля:	скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50-100 см), под дугой, в ворота; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100-125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребёнка с расстояния 1-1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м;
Ходьба	ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); в рассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки;
Бег	бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40-30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20-30-40 секунд; медленный бег на расстояние 40-80 м;
Упражнения в равновесии	ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10-15 см); ходьба по извилистой дорожке (2-3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте.
Прыжки.	прыжки на двух ногах на месте (10-15 раз); с продвижением вперед, через 1-2 параллельные линии (расстояние 10-20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20-30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребёнка на 10-15 см;
Общеразвивающие упражнения	
Развитие и укрепления мышц плечевого пояса, кистей рук	поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад;
Развитие и укрепление мышц спины и гибкости позвоночника.	повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребёнку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине;
Развитие и укрепление	сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое;

мышц брюшного пресса и ног.	
музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений	; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание «пружинка», приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения. Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе, сидя на стуле или на скамейке.
Подвижные игры	
Подвижные игры	педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).
С бегом	«Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет»,
С прыжками.	«По ровненькой дорожке», «Поймай комара»,
С подлезанием и лазаньем.	«Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».
С бросанием и ловлей.	«Сбей кеглю», «Береги предмет».
На ориентировку в пространстве.	«Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит»,
Спортивные упражнения	
Формирование основ здорового образа жизни	формируем у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены); поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию

	положительного отношения к закаливающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.
--	---

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

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

2.4 Планируемые результаты в дошкольном возрасте.

К четырем годам:

- ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;
- ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

2.5 Физическое развитие. 3-4

От 3 лет до 4 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

2.6 Содержание образовательной деятельности.

Формировать умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Организовывать подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Планирование образовательной деятельности детей 3-7 лет по физическому развитию образовательной области ФГОСДО и ФОП ДО

Инвариантная часть 60%		Вариативная часть 40%		
Задача	Содержание	Виды деятельности	Инструментарий (УМК, парциальные программы, технологии, методы и приемы)	ППРС
От 3 лет до 4 лет.				

обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре; развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал; формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для	Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с	1)Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).см.ФОП ДО Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Переключать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами. 2) Подвижные игры: «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано». 3)Спортивные упражнения: Катать	«Физическая культура в детском саду» Младшая группа. Л. И. Пензулаева. «Занимательная физкультура для дошкольников» К.К. Утробина. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей» Н.С. Голицына, И.М. Шумова «Двигательный игротренинг для дошкольников» А.А. Потапчук, Т.С. Овчинникова. «Утренняя гимнастика в детском саду» Автор: Т. Е. Харченко. Т.Э.Токаева «Технология физического развития детей 3-4 лет» «Играем, гуляем, развиваем» А.Н. ИONOва. «Правильное закаливание детей от рождения до школы. Н.Бурцев. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей третьего года жизни: Методическое руководство для работников	2.педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках». В зале созданы оптимальные и безопасные условия для воспитания умения 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). 3. С помощью специального оборудования установленного на спортивной площадке педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе мячи , сферы, обручи.. 4. Презентации, видео,
---	--	---	--	--

формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.	эмоциональным отражением замысла, 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.	на санках друг друга по прямой, по кругу (с ориентиром); кататься с невысокой горки. 4) Формирование основ здорового образа жизни	дошкольных образовательных учреждений» «Двигательные рассказы. Сюжетная гимнастика для детей дошкольного и младшего школьного возраста» Тулин И.Г.	картинки о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).
--	--	---	--	---

5) Активный отдых.

Физкультурные досуги: досуг проводится 1 раз в месяц во второй половине дня продолжительностью 20 минут.

Физкультурный досуг «Тело человека» Дата проведения: сентябрь.

Задачи: познакомить с основными частями тела, подвести к пониманию того, что люди должны заботиться о своем теле; формировать представление ребенка о своем теле, правильной осанке.

Досуг «Мой нос». Дата проведения: октябрь.

Задачи: способствовать формированию у детей представлений о строении и функциях носа, познакомить с правилами профилактики заболеваний органов дыхания, помогать овладению навыками дыхательной гимнастики, развивать обонятельное восприятие.

Досуг «Глаза-мои помощники» Дата проведения: ноябрь.

Задачи: формировать элементарные представление детей об органах чувств – глазах, их функциях; показать детям, какую роль играет

зрение в жизни человека; воспитывать стремление заботиться о своем здоровье.

Досуг «Мои ушки-послушки» Дата проведения: декабрь.

Задачи: расширять знания детей об ушах как важном органе; познакомить детей со строением уха и основными правилами ухода за ушами; воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Досуг «Мое сердечко» Дата проведения: январь.

Задачи: сформировать у детей представление о том, что такое сердце и как оно работает.

Досуг «Мой добрый волшебник сон» Дата проведения: февраль.

Задачи: дать детям понятие о сне, ознакомить с основными гигиеническими правилами сна, о значении сна в жизни человека и необходимости не нарушать режим дня.

Досуг «На прогулку мы идем-нашу кожу бережем» Дата проведения: март.

Задачи: формировать элементарные представление детей о том, что такое кожа; показать детям, какую роль играет кожа в жизни человека; сформировать бережное отношение к своей коже; помочь детям овладеть навыками гигиенической культуры.

Досуг «Непоседы» Дата проведения: апрель.

Задачи: сформировать представление о необходимости двигательной активности как основы здорового образа жизни; формировать у детей интерес к физкультуре и спорту.

Досуг «Чтобы не было беды» Дата проведения: май.

Задачи: создать условия для формирования устойчивых навыков безопасного поведения; закрепить представление об опасных для жизни и здоровья предметах в быту; учить детей предвидеть и предупредить результаты возможного развития опасных для жизни ситуаций, грозящих их здоровью.

Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

Цель проведения: формировать навыки здорового образа жизни; воспитывать дружелюбие; создавать праздничное настроение; укреплять здоровье детей.

День здоровья «Приключения зайчонка» Дата проведения: октябрь.

День здоровья «Снеговик в гостях у ребят» Дата проведения: январь.

День здоровья «Пришла весна - ребятишкам не до сна» Дата проведения: апрель.

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;

формирование у ребёнка возраст соответствующих представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни; становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;

приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;

формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

2.7 Планируемые результаты в дошкольном возрасте.

К пяти годам:

- ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;
- ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

2.8 Физическое развитие.

От 4 лет до 5 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- 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;
- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

2.9 Содержание образовательной деятельности.

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.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки.

Инвариантная часть 60%		Вариативная часть 40%		
Задача	Содержание	Виды деятельности	Инструментарий (УМК, парциальные программы, технологии, методы и приемы)	ППРС
От 4 лет до 5 лет.				
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; формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве; воспитывать волевые качества,	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,	1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения). см.ФОП ДО 2) Подвижные игры: «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается» «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки». 3) Спортивные упражнения: Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг	Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4–5 лет). «Занимательная физкультура для дошкольников» К.К. Утробина. «Двигательный игротренинг для дошкольников» А.А. Потапчук, Т.С. Овчинникова. «Утренняя гимнастика в детском саду» Автор: Т. Е. Харченко. «300 подвижных игр для оздоровления детей» Страковская В.Л. Т.Э.Токаева «Технология физического развития	1)Педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку»,«Бездомный заяц», «Ловишки», поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; 2)Необходима форма шорты, футболка и кеды на тонкой подошве, Последовательность и систематическое повторение правил с наглядными пособиями приучает к

самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений; продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта; укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания; формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности	ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству. 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.	друга. Катание на самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью. Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору "ступающим шагом" и "полуёлочкой". 4) Формирование основ здорового образа жизни: педагог расширяет представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формирует 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	детей 4-5 лет» «Здоровьесберегающая система ДОО» М.А. Павлова, М.В.Лысогорская . «Растем здоровыми» В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. «Профилактика плоскостопия у дошкольников 4-7лет» Т.В. Мустафина «Зимние игры для больших и маленьких» Козак О.Н. «Развитие физических способностей детей» А.Д. Викулов, И.М. Бутин.	выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре). 3) педагог обучает детей спортивным упражнениям скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору. на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. В ППС детского сада есть санки, лыжи. 4. С помощью презентаций 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) С помощью видео и презентации формирует первичные представления об отдельных видах спорта летних и зимних.
--	--	--	--	--

		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.		
--	--	--	--	--

5) Активный отдых.

Физкультурные досуги: досуг проводится 1 раз в месяц во второй половине дня продолжительностью 25 минут.

Досуг «Палка, палка, огуречик-получился человечек» Дата проведения: сентябрь.

Задачи: познакомить с основными частями тела, подвести к пониманию того, что люди должны заботиться о своем теле; формировать представление ребенка о своем теле, правильной осанке.

Досуг «Глаза-мои помощники» Дата проведения: октябрь.

Задачи: формировать элементарные представление детей об органах чувств – глазах, их функциях; показать детям, какую роль играет зрение в жизни человека; воспитывать стремление заботиться о своем здоровье.

Досуг «Мои ушки-послушки» Дата проведения: ноябрь.

Задачи: расширять знания детей об ушах как важном органе; познакомить детей со строением уха и основными правилами ухода за ушами; воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Досуг «Мое сердечко» Дата проведения: декабрь.

Задачи: сформировать у детей представление о том, что такое сердце и как оно работает.

Досуг «Мой добрый волшебник сон» Дата проведения: январь.

Задачи: дать детям понятие о сне, ознакомить с основными гигиеническими правилами сна, о значении сна в жизни человека и необходимости не нарушать режим дня.

Досуг «Страна Чумазики» Дата проведения: март

Задачи: формировать элементарные представление детей о том, что такое кожа; показать детям, какую роль играет кожа в жизни человека; сформировать бережное отношение к своей коже; помочь детям овладеть навыками гигиенической культуры.

Досуг «Непоседы» Дата проведения: апрель.

Задачи: сформировать представление о необходимости двигательной активности как основы здорового образа жизни; формировать у детей интерес к физкультуре и спорту.

Досуг «Чтобы не было беды» Дата проведения: май.

Задачи: создать условия для формирования устойчивых навыков безопасного поведения; закрепить представление об опасных для жизни и здоровья предметах в быту; учить детей предвидеть и предупредить результаты возможного развития опасных для жизни ситуаций, грозящих их здоровью.

Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

Цель проведения: формировать навыки здорового образа жизни; воспитывать дружелюбие; создавать праздничное настроение; укреплять здоровье детей.

День здоровья «Путешествие в осенний лес» Дата проведения: ноябрь.

День здоровья «Новогодние приключения» Дата проведения: январь.

День здоровья «Пришла весна –отворяй ворота!» Дата проведения: март.

3.0 Планируемые результаты в дошкольном возрасте.

К шести годам:

- ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;
- ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;
- ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;

3.1 Физическое развитие.

От 5 лет до 6 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- 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;
- 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;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;

- укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
- 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.

3.2 Содержание образовательной деятельности.

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт 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.

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.

Инвариантная часть 60%		Вариативная часть 40%		
Задача	Содержание	Виды деятельности	Инструментарий (УМК, парциальные программы, технологии, методы и приемы)	ППРС
От 5 лет до 6 лет.				
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; 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	Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт 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	1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения). см. ФОП ДО 2) Подвижные игры: «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы». 3) Спортивные игры: Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку	Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5–6 лет). «Физкульт-Ура» Г.И. Погадаев. «Занимательная физкультура для дошкольников» К.К. Утробина. «Двигательный игротренинг для дошкольников» А.А. Потапчук, Т.С. Овчинникова. «Утренняя гимнастика в детском саду» Автор: Т. Е. Харченко. «300 подвижных игр для оздоровления детей» Страковская В.Л. Т.Э.Токаева «Технология физического развития	2.С помощью атрибутов в ППРС зала педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх «Ловишки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц», в играх с элементами соревнования «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?». , играх-эстафетах «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий». , оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость,

команде; воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха; продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов; укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания; расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха; воспитывать бережное и	качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками. Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ 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.	несколько раз подряд . 4) Спортивные упражнения Поднимать во время спуска заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания: проехать в воротца, попасть снежком в цель, сделать поворот. Участвовать в играх — эстафетах с санками. 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	детей 4-5 лет» «Здоровьесберегающая система ДОО» М.А. Павлова, М.В.Лысогорская . «Растем здоровыми» В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. «Профилактика плоскостопия у дошкольников 4-7лет» Т.В. Мустафина «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость» Е.Н. Вавилова. «Выпрями спинку» В.А. Епифанов. Т.Э.Токаева «Технология физического развития детей 5-6 лет». «Беседы о здоровье» Т.А. Шорыгина. «Профилактика плоскостопия у дошкольников 4-7лет» Т.В. Мустафина «Йога для детей»	целеустремленность. Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр катание друг друга на санках, катание с горки по двое, «Передай мяч капитану», с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает с помощью эстафет, выбор капитана 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 «Ловишки», «Игра Топ Хлоп» (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в
--	--	---	--	---

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.		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).	Парциальная программа для детей дошкольного возраста «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально-игровая гимнастика для детей. «Зимние игры для больших и маленьких» Козак О.Н. «Развитие физических способностей детей» А.Д. Викулов, И.М. Бутин.	подвижных играх Народных играх «гори гори ясно», «Золотые ворота и др. 4) педагог обучает детей элементам спортивных игр грезентации , которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур. 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. Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом. 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 педагог обучает детей
---	--	--	--	---

				спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования Баскетбольные кольца, лестница, Комплексное оборудование и климатических условий региона. Катание на санках: по прямой, со скоростью. Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо "ступающим шагом", "полуёлочкой" (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения. На самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.
--	--	--	--	---

6) Активный отдых.

Физкультурные досуги: досуг проводится 1 раз в месяц во второй половине дня продолжительностью 30 минут.

Досуг «Как устроено наше тело» Дата проведения: сентябрь.

Задачи: Познакомить детей с основными органами человеческого организма, их названиями, расположением и функциями. Вызывать у детей

желание больше узнать о своем организме.

Досуг «Кожа-природная одежда» Дата проведения: октябрь.

Задачи: формировать элементарные представления детей о том, что кожа – это покров тела человека; показать детям, какую роль играет кожа в жизни человека; формировать бережное отношение к своей коже. Воспитывать у детей чувство опрятности и аккуратности.

Досуг «Глазки, ушки и носы быть здоровыми должны» Дата проведения: ноябрь.

Задачи: познакомить детей с органами чувств человека. Тренировать зрительные, слуховые ощущения, обоняние, восприятие. Развивать речь при ответах на вопросы. Воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

Досуг «Главная опора моего тела» Дата проведения: декабрь.

Задачи: формировать элементарные представления о скелете человека, работе мышц и связок. Формировать привычку ежедневных физических упражнений, воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Досуг «Как работает сердечко?» Дата проведения: январь.

Задачи: сформировать у детей представление о том, что такое сердце и как оно работает. Учить детей опытным путем подтверждать полученные знания (в ходе простых экспериментов)

Досуг «Здоровое питание-здоровая жизнь» Дата проведения: февраль.

Задачи: расширять знания детей об органах пищеварения, помочь им понять, что здоровье зависит от правильного питания, объяснить о пользе и значении витаминов для здоровья человека. Воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

Досуг «Проделки королевы Простуды» Дата проведения: март.

Задачи: учить различать факторы, способствующие сохранению здоровья и негативно сказывающиеся на нем; закрепление правил личной гигиены и формирование мотивации здорового образа жизни.

Досуг «Движение-жизнь!» Дата проведения: апрель.

Задачи: сформировать представление о необходимости двигательной активности как основы здорового образа жизни; формировать у детей интерес к физкультуре и спорту.

Досуг «Чтобы не было беды» Дата проведения: май.

Задачи: создать условия для формирования устойчивых навыков безопасного поведения; закрепить представление об опасных для жизни и здоровья предметах в быту; учить детей предвидеть и предупредить результаты возможного развития опасных для жизни ситуаций, грозящих их здоровью.

Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

Цель проведения: В игровой форме развивать двигательные умения и навыки детей: быстроту, силу, координацию, выносливость. Способствовать оздоровлению организма детей посредством выполнения различных видов физических упражнений на свежем воздухе, формировать навыки здорового образа жизни; воспитывать дружелюбие; создавать праздничное настроение.

День здоровья «Быть здоровым здорово» Дата проведения: ноябрь.

День здоровья «Зимние чудеса» Дата проведения: январь.

День здоровья «В поход за здоровьем» Дата проведения: апрель.

3.3 Планируемые результаты на этапе завершения освоения Федеральной программы (к концу дошкольного возраста):

- у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;
- ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;
- ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;
- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;
- ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;
- ребёнок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками.

3.4 Физическое развитие.

От 6 лет до 7 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;
- развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
- поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;
- воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
- 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 двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;

- 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.

3.5 Содержание образовательной деятельности.

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.

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.

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.

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.

Инвариантная часть 60%		Вариативная часть 40%		
Задача	Содержание	Виды деятельности	Инструментарий (УМК, парциальные программы, технологии, методы и приемы)	ППРС
От 6 лет до 7 лет.				
обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки; развивать психофизические	Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных	1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения). см. ФОП ДО 2) Подвижные игры: «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину	Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5–6 лет). «Физкульт-Ура» Г.И. Погадаев. «Занимательная физкультура для дошкольников» К.К. Утробина.	2. педагог продолжает знакомить детей подвижным играм «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони

качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество; поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде; воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха; формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта; сохранять и укреплять здоровье детей средствами	упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой. 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. Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные	больше мячей?» . 3) Спортивные игры: Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота. 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. Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных	«Двигательный игротренинг для дошкольников» А.А. Потапчук, Т.С. Овчинникова. «Утренняя гимнастика в детском саду» Автор: Т. Е. Харченко. «300 подвижных игр для оздоровления детей» Страковская В.Л. Т.Э.Токаева «Технология физического развития детей 4-5 лет» «Здоровьесберегающая система ДОО» М.А. Павлова, М.В.Лысогогорская . «Растем здоровыми» В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. «Профилактика плоскостопия у дошкольников 4-7лет» Т.В. Мустафина «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость» Е.Н. Вавилова.	свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка»., 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
---	--	---	--	--

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 двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий; 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.	игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать. 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.	условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку "лесенкой", "ёлочкой". Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, 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, 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,	«Выпрями спинку» В.А. Епифанов. Т.Э.Токаева «Технология физического развития детей 5-6 лет». «Беседы о здоровье» Т.А. Шорыгина. «Профилактика плоскостопия у дошкольников 4-7лет» Т.В. Мустафина «Йога для детей» Парциальная программа для детей дошкольного возраста «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально-игровая гимнастика для детей. «Зимние игры для больших и маленьких» Козак О. Н. «Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении» Голицина Н.С.	детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Мягкие модули (палки) дорога доверия, 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 Народные игры, праздники патриотизма. 3. 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.
---	--	--	--	---

		играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием). 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.	«Развитие физических способностей детей» А.Д. Викулов, И.М. Бутин.	В зале есть ППРС для : Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4-5 фигур, выбивание городков с кона при наименьшем количестве бросков бит. 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. Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения. Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.
--	--	--	--	---

				Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола. 5. Картинки видео, презентации, дети сами рисуют правила и следуют им для знакомства с разными видами спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), Дидактический материал видео для транслирования о спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов.
6.) Активный отдых. Физкультурные досуги: досуг проводится 1 раз в месяц во второй половине дня продолжительностью 35 минут. Досуг «Наше тело. Какой я внутри?» Дата проведения: сентябрь. Задачи: Познакомить детей с основными органами человеческого организма, их названиями, расположением и функциями. Вызывать у детей желание больше узнать о своем организме. Досуг «Что такое кожа?» Дата проведения: октябрь. Задачи: формировать элементарные представление детей о том, что кожа – это покров тела человека; показать детям, какую роль играет кожа				

в жизни человека; формировать бережное отношение к своей коже. Воспитывать у детей чувство опрятности и аккуратности.

Досуг «Наши органы чувств» Дата проведения: ноябрь.

Задачи: познакомить детей с органами чувств человека. Тренировать зрительные, слуховые ощущения, обоняние, восприятие. Развивать речь при ответах на вопросы. Воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

Досуг «Главная опора моего тела» Дата проведения: декабрь.

Задачи: формировать элементарные представления о скелете человека, работе мышц и связок. Формировать привычку ежедневных физических упражнений, воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Досуг «Как работает сердечко?» Дата проведения: январь.

Задачи: сформировать у детей представление о том, что такое сердце и как оно работает. Учить детей опытным путем подтверждать полученные знания (в ходе простых экспериментов)

Досуг «Когда я ем. Зачем нам витамины?» Дата проведения: февраль.

Задачи: расширять знания детей об органах пищеварения, помочь им понять, что здоровье зависит от правильного питания, объяснить о пользе и значении витаминов для здоровья человека. Воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

Досуг «Путешествие в страну Здоровья» Дата проведения: март.

Задачи: учить различать факторы, способствующие сохранению здоровья и негативно сказывающиеся на нем; закрепление правил личной гигиены и формирование мотивации здорового образа жизни.

Досуг «Движение-жизнь!» Дата проведения: апрель.

Задачи: сформировать представление о необходимости двигательной активности как основы здорового образа жизни; формировать у детей интерес к физкультуре и спорту.

Досуг «Чтобы не было беды» Дата проведения: май.

Задачи: создать условия для формирования устойчивых навыков безопасного поведения; закрепить представление об опасных для жизни и здоровья предметах в быту; учить детей предвидеть и предупредить результаты возможного развития опасных для жизни ситуаций, грозящих их здоровью.

Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

Цель проведения: В игровой форме развивать двигательные умения и навыки детей: быстроту, силу, координацию, выносливость. Способствовать оздоровлению организма детей посредством выполнения различных видов физических упражнений на свежем воздухе, формировать навыки здорового образа жизни; воспитывать дружелюбие; создавать праздничное настроение.

День здоровья «Я здоровье берегу» Дата проведения: ноябрь.

День здоровья «Зимняя олимпиада» Дата проведения: январь.

День здоровья «Я хочу быть космонавтом» Дата проведения: апрель.

III Планирование индивидуальной работы (проводится, исходя из результатов педагогической диагностики) Прописывается в занятии.

бросание, катание, ловля, метание:	ползание, лазанье:	ходьба	бег	прыжки:	прыжки короткой скакалкой:	с упражнения в равновесии:
Какая работа?	Какая работа?	Какая работа?	Какая работа?	Какая работа?	Какая работа?	Какая работа?
Дата						
Имя Ф. ребенка						
Возраст						

IV Календарно-тематический план деятельности по физическому развитию в соответствии с ФОП ДО

Младший и средний дошкольный возраст

Сезон	Месяц	Планирование взаимодействия с семьями детей по реализации образовательной программы ДО	Планирование по реализации рабочей программы воспитания по ДОО	Планирование взаимодействия с социальными партнерами различных социокультурных институтов
Календарно-тематическое планирование				
ОСЕНЬ	Сентябрь	Музыкально-физкультурный праздник посвященный дню знания. Ответственные: воспитатели, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель		

		Праздник по ПДД «Зеленый огонек» Задачи: систематизировать знания детей о дорожном движении, продолжать знакомить с дорожными знаками, их назначении и сигналов светофора. Подводить детей к осознанию необходимости соблюдать правила дорожного движения. Стимулировать интерес к двигательной активности у детей, развивать ловкость, быстроту в эстафетах, совершенствовать основные виды движений.
	Октябрь	День здоровья (осень) «Приключения зайчонка» (младший возраст) Цель: способствовать сохранению и укреплению здоровья детей через двигательную активность.
	Ноябрь	День здоровья: «Путешествие в осенний лес» (средний возраст) Цель: формировать навыки здорового образа жизни; воспитывать дружелюбие; создавать праздничное настроение; укреплять здоровье детей.
ЗИМА	Декабрь	Знакомство с зимними эстафетами.
	Январь	День здоровья: «Снеговик в гостях у ребят» (младшая группа) «Новогодние приключения» (средняя группа) Ответственные: воспитатели, инструктор по физической культуре.
	Февраль	Праздник, посвященный 23 февраля. Задачи: расширять представление детей о государственном празднике; воспитывать чувство патриотизма, товарищества; формировать представление об армии, о родах войск; создавать радостную атмосферу праздника; воспитывать чувство гордости за свою армию и вызывать желание быть похожими на сильных и смелых российских воинов, воспитывать любовь к Родине.
ВЕСНА	Март	День здоровья: «Пришла весна - ребятишкам не до сна!» (младшая группа)

		Цель: Создание благоприятного эмоционального состояния у детей посредством активации двигательной деятельности.
	Апрель	День здоровья «Пришла весна –отворяй ворота!» (средняя группа) Цель: формировать навыки здорового образа жизни; воспитывать дружелюбие; создавать праздничное настроение; укреплять здоровье детей.
	Май	«Я природу берегу» Беседа с детьми о необходимости беречь природу, не ломать деревья, не засорять окружающую среду, подкармливать птиц и т.д.
ЛЕТО	Июнь	Физкультурный праздник «День защиты детей» Ответственные: родители, воспитатели, инструктор по физической культуре.
	Июль	Физкультурный досуг: «Праздник русских народных игр»
	Август	Физкультурный досуг: «Волшебный цветок» (средний и младший возраст) День физкультурника Ответственные: воспитатели, инструктор по физической культуре

Календарно-тематический план деятельности по физическому развитию в соответствии с ФОП ДО

Старший дошкольный возраст (5-6 лет)

Сезон	Месяц	Планирование взаимодействия с семьями детей по реализации образовательной программы ДО	Планирование по реализации программы воспитания рабочей по воспитанию	Планирование взаимодействия с социальными партнерами различных социокультурных институтов
Календарно-тематическое планирование				

ОСЕНЬ	Сентябрь	Музыкально-физкультурный праздник посвященные дню знания. Ответственные: воспитатели, инструктор по физической культуре, Музыкальный руководитель. Праздник по ПДД «Зеленый огонек» Задачи: систематизировать знания детей о дорожном движении, продолжать знакомить с дорожными знаками, их назначении и сигналов светофора. Подводить детей к осознанию необходимости соблюдать правила дорожного движения. Стимулировать интерес к двигательной активности у детей, развивать ловкость, быстроту в эстафетах, совершенствовать основные виды движений.
	Октябрь	Виды спорта. Беседы с использованием ИКТ, рассматривание иллюстраций и видеоматериалов, чтение литературы о спорте и спортсменах.
	Ноябрь	День здоровья: «Быть здоровым здорово» Цель: Способствовать сохранению и укреплению здоровья детей через двигательную активность
ЗИМА	Декабрь	Зимние виды спорта. Беседы с использованием ИКТ, рассматривание иллюстраций и видеоматериалов, чтение литературы о спорте и спортсменах, подвижные игры с элементами спортивных игр, спортивные упражнения.
	Январь	День здоровья «Зимние чудеса» Ответственные: воспитатели, инструктор по физической культуре.
	Февраль	Праздник, посвященный 23 февраля. Задачи: расширять представление детей о государственном празднике; воспитывать чувство патриотизма, товарищества; формировать представление об армии, о родах войск; создавать радостную атмосферу праздника; воспитывать чувство гордости за свою армию и вызывать желание быть похожими на сильных и смелых российских воинов, воспитывать любовь к Родине. Ответственные: родители, воспитатели, инструктор по физической культуре.
ВЕСНА	Март	Физкультурный досуг: «Праздник русских народных игр» <u>Цель:</u> воспитание интереса и любви к народным играм, культуре русского

		народа, традициям, быту. Ответственные: воспитатели, инструктор по физической культуре.
	Апрель	День здоровья «В поход за здоровьем» Цель: Способствовать сохранению и укреплению здоровья детей через двигательную активность
	Май Бадминтон Волейбол	Беседы с использованием ИКТ, рассматривание иллюстраций, непосредственно образовательная деятельность по физической культуре тренировочного характера; подвижные игры с элементами игры в бадминтон, волейбол.
ЛЕТО	Июнь	Физкультурный праздник «День защиты детей» Ответственные: родители, воспитатели, инструктор по физической культуре, социальный партнер
	Июль	Досуг: «День йоги» Цель: воспитывать интерес и желание расширять свой кругозор. Ответственные: воспитатели, инструктор по физической культуре
	Август	Игровая программа. День физкультурника. Ответственные: воспитатели, инструктор по физической культуре

Календарно-тематический план деятельности по физическому развитию в соответствии с ФОП ДО

Подготовительный дошкольный возраст (6-7 лет)

Сезон	Месяц	Планирование взаимодействия с семьями детей по реализации образовательной программы ДО	Планирование по реализации программы воспитания рабочей по	Планирование взаимодействия с социальными партнерами различных социокультурных институтов
Календарно-тематическое планирование				

ОСЕНЬ	Сентябрь	Музыкально-физкультурный праздник посвященные дню знаний. Ответственные: воспитатели, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель. Праздник по ПДД «Зеленый огонек» Задачи: систематизировать знания детей о дорожном движении, продолжать знакомить с дорожными знаками, их назначении и сигналов светофора. Подводить детей к осознанию необходимости соблюдать правила дорожного движения. Стимулировать интерес к двигательной активности у детей, развивать ловкость, быстроту в эстафетах, совершенствовать основные виды движений.
	Октябрь	Виды спорта. Беседы с использованием ИКТ, рассматривание иллюстраций и видеоматериалов, чтение литературы о спорте и спортсменах.
	Ноябрь	День здоровья: «Я здоровье берегу» Цель: Способствовать сохранению и укреплению здоровья детей через двигательную активность.
ЗИМА	Декабрь	Зимние виды спорта. Беседы с использованием ИКТ, рассматривание иллюстраций и видеоматериалов, чтение литературы о спорте и спортсменах, подвижные игры с элементами спортивных игр, спортивные упражнения.
	Январь	День здоровья: «Зимняя олимпиада». Цель: способствовать оздоровлению организма детей посредством выполнения различных видов физических упражнений на свежем воздухе. Повышение соревновательного духа. Ответственные: воспитатели, инструктор по физической культуре.
	Февраль	Физкультурный праздник: День защитника Отечества «Наша армия»

		Задачи: расширять представление детей о государственном празднике; воспитывать чувство патриотизма, товарищества; формировать представление об армии, о родах войск; создавать радостную атмосферу праздника; воспитывать чувство гордости за свою армию и вызывать желание быть похожими на сильных и смелых российских воинов, воспитывать любовь к Родине. Ответственные: родители, воспитатели, инструктор по физической культур. Ответственные: родители, воспитатели, инструктор по физической культуре.
ВЕСНА	Март	Физкультурный досуг: «Праздник русских народных игр» <u>Цель:</u> воспитание интереса и любви к народным играм, культуре русского народа, традициям, быту.
	Апрель	День здоровья «Я хочу быть космонавтом» Цель: расширение знаний о космосе, стимулировать интерес к двигательной активности у детей, развивать ловкость, быстроту в эстафетах, совершенствовать основные виды движений. Ответственные: воспитатели, инструктор по физической культуре
	Май Бадминтон Волейбол	Беседы с использованием ИКТ, рассматривание иллюстраций, непосредственно образовательная деятельность по физической культуре тренировочного характера; подвижные игры с элементами игры в бадминтон, волейбол.
ЛЕТО	Июнь	Физкультурный праздник «День защиты детей» Ответственные: родители, воспитатели, инструктор по физической культуре, социальный партнер
	Июль	Досуг: «День йоги» Цель: Воспитывать интерес и желание расширять свой кругозор. Ответственные: воспитатели, инструктор по физической культуре
	Август	День физкультурника. Досуг: «Физкульт-ура!» Ответственные: воспитатели, инструктор по физической культуре.

V. Взаимодействие с семьей воспитанников

Месяц	Содержание деятельности	Цель
Сентябрь	Родительские собрания Консультации	Познакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой и мероприятиями Подготовка одежды к занятиям по физкультуре в зале и на воздухе
Октябрь	Наглядная информация. «Как выбрать подходящий вид спорта для ребенка» Оформление стенда в ДОУ	Информирование родителей о необходимости учитывать все факторы (здоровье ребенка, его интересы, наличие медицинских противопоказаний и т. д.) при выборе спортивной секции для ребенка.
Ноябрь	«Как правильно организовать физкультурные занятия для дошкольников в домашних условиях»	Приобщение к активному отдыху, включение в совместную двигательную деятельность. Привлечение родителей к участию для повышения интереса детей к физической культуре.
Декабрь	Наглядная информация «Подвижные игры на свежем воздухе в зимний период для детей и родителей»- оформление стенда в ДОУ	Приобщение родителей к формированию у детей навыков безопасного поведения зимой. Приобщение к активному отдыху, включение в совместную двигательную деятельность.
Январь	«Мы здоровью скажем – ДА!» Выставка рисунков с родителями	Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности
Февраль	Физкультурный праздник	Доставить радость общения детям с родителями. Побуждать родителей к активному участию в празднике.
Апрель	Районные спортивные соревнования	Приобщение к совместному активному отдыху, вовлечение родителей в педагогический процесс.
Май	Наглядная информация «Игры детей летом»	Рекомендации родителям по физкультурно-оздоровительному развитию детей на летний период.

VI. Организационный раздел содержит

Полноценное и всестороннее развитие и воспитание невозможно без правильно организованной и достаточной для детей дошкольного возраста двигательной активности, которая оказывает огромное влияние на состояние здоровья и физическое развитие ребенка. Растущий организм ребенка нуждается в движении, и удовлетворение этой потребности является важнейшим условием его жизнедеятельности и развития.

Описание организации ППРС по обеспечению возможности реализации двигательной индивидуальной и коллективной деятельности дошкольников

ППРС в спортивном зале	Содержание центров, уголков ППРС в рамках двигательной активности в возрастных группах ДОО
Комплекс упражнений общеразвивающего воздействия с различными пособиями и предметами (мячом, обручем, гимнастической палкой и т. д.) может оказывать огромное влияние на развитие разных групп мышц и укрепление мышечного тонуса. Для укрепления мышц стопы и профилактики плоскостопия используются различные массажеры, мелкие предметы (колечки, палочки, –для захвата пальцами ног), ребристые доски. Формированию правильной осанки способствуют физические упражнения, выполняемые у деревянной стенки, гимнастической палкой и другими предметами. На улице есть беговые дорожки, полоса препятствий, мини-стадион, лыжня. Одни физические упражнения могут выполняться дошкольниками с	В ГРУППАХ 3-4года В групповой комнате следует освободить место, соответствующим образом расположить оборудование, предоставив малышам в свободное пользование разные игрушки и пособия, стимулирующие их двигательную активность. Все пособия должны быть доступны детям, побуждать их делать самим все, что им посильно и интересно. Для этого советуем некоторые мелкие пособия (резиновые кольца, шарики, массажные мячи и т. д.) расположить на полке так, чтобы ребенок с пола мог их достать. С целью увеличения двигательной активности детей любимые игрушки (зайчик, мишка, лисичка) целесообразно расставлять на крупных пособиях (гимнастической лесенке и т. д.). Физкультурные пособия важно разместить таким образом, чтобы они способствовали проявлению двигательной активности детей. Так, рядом с кукольным уголком можно поставить игрушки-двигатели (машины, тележки). Крупное физкультурное оборудование требует много места, поэтому его лучше расставить вдоль одной свободной стены. Для хранения физкультурных пособий в групповых комнатах может быть использована секционная мебель с выдвижными ящиками или тележка «Физкультурный уголок». У детей второй младшей группы быстро падает интерес к одному и тому же пособию, поэтому советуем постоянно его обновлять (перестановка его с одного места на другое, внесение нового пособия и т. д.). Крупное оборудование требует много места, поэтому его лучше расставить вдоль стен. Мелкое физкультурное оборудование (массажные мячи, шарики, резиновые кольца и др.) следует держать в корзинах или открытых ящиках таким образом, чтобы дети могли им свободно пользоваться.

мелкими физкультурными пособиями (флажком, веревкой, палкой, обручем, мячом). Другие упражнения –на гимнастическом стенке, скамейки, на санках, лыжах и т.п. или около них (у гимнастической стенки, скамейки и др.). Во время участия детей в коллективных играх с элементами спорта (городки, волейбол, футбол, бадминтон, теннис, баскетбол, хоккей), а также в спортивных упражнениях (ходьба на лыжах, езда самокате) создается особая обстановка, требующая от детей умения согласованно решать задачи двигательного характера, подчиняться определенным правилам, использовать хорошо знакомые движения в соответствии с игровыми ситуациями, а также самостоятельно находить разные способы выполнения задания. В комплекты оборудования входят самые разнообразные предметы: крупногабаритные (гимнастические скамейки, лестницы, и др.), переносные и стационарные, изготовленные из разных материалов (дерева, резины, пластмассы и т. п.), мелкие (мячи, шары, обручи и т.п.).	4-5 лет Создание благоприятной окружающей обстановки (организация свободного места для игр, рациональный подбор физкультурного оборудования, поощрение индивидуальных игр с пособиями) остается в средней группе одним из путей повышения двигательной активности детей. В этой возрастной группе необходимо иметь «Физкультурный уголок» –тележку на колесах. В нем находятся короткие гимнастические палки, геометрические формы, массажные мячи, плоские обручи, кольца. «Физкультурный уголок» располагается в углу комнаты. Такие пособия, как мячи разных размеров, мячи-утяжелители, наборы (кегли, кольцоброс, шнуры), следует хранить в открытом виде в ящиках, которые располагаются вдоль стены. Гимнастические модули и мячи важно расположить у стен, где нет батарей. С целью развития интереса у детей к разным видам упражнений с использованием пособий следует некоторые предметы обновлять. 5-7 лет Основной набор оборудования и пособий находится в физкультурно- музыкальном зале, так как разные виды занятий по физической культуре в основном проводятся в нем. Оборудование для спортивных игр хранится в закрытых ящиках. Обручи, скакалки, шнуры советуем разместить на крюках одной свободной стены в группе. Физкультурное оборудование располагается в группе так, чтобы дети могли свободно подходить к нему и пользоваться им.
---	--

VII. Паспорт физкультурного зала.

Техническая характеристика физкультурного зала:

Площадь спортзала $S = 66,3$ кв.м.

- высота 3,10 м.
- ширина 7,22 м.
- длина 11,06 м.

Освещенность:

светопроёмы /окна/ – 5

искусственная – 6 люминесцентных ламп.

Пол – линолеум, сверху ковровое покрытие.

Отопление – централизованное.

Цель – развитие физических качеств и оздоровление детей дошкольного возраста.

Посещающие: дети детского сада, педагоги, родители.

В спортивном зале проводятся:

- ❖ физкультурные занятия;
- ❖ индивидуальная работа, совместная деятельность;
- ❖ праздники и развлечения;
- ❖ тренировки спортивной секции «Степ доски»
- ❖ «Йога для детей»

Физкультурное оборудование

№ п/п	Наименование	Количество
1	Гимнастическая стенка	4 пролета
	Бассейн воздушный	1
	Мат	2
	Контейнер для спортивного инвентаря	5
	Городки	2
	Гимнастическая скамейка	3
	Комплект стоек для прыжков	2
	Мяч гимнастический (с ушками)	2
	Воротики для подлезания «Радуга»	6
	Дорожка координационная (деревянная)	1
	Мобильный конструктор	37 дет.
	Змейка-шагайка	2

	Дорожка массажная (ребристая)	6
	Дорожка массажная (камешки)	2
	Мяч массажный	20
	Кегли	30
	Мяч баскетбольный	22
	Мяч волейбольный	6
	Велотренажер	1
	Туннель-труба	3
	Коврики массажн. резиновые	5
	Мяч детский	25
	Скакалка	20
	Мягкие кубики	18
	Палка гимнастическая деревянная	20

	Палка гимнастическая плассмасовая	20
	Кольцеброс	2
	Баскетбольное кольцо	2
	Гольф	2
	Хоккейные клюшки	8
	Бубен	1
	Погремушки	20
	Насос для мячей	1
	Флажки	20+15
	Канат	1
	Шнур 10 м.	2
	Шнур 5м.	1
	Шнур короткий	18

	Кочки массажные	4
	Массажеры для ног	6
	Ходики	6
	Обручи (d-54см.)	20+15
	Обручи (d-60см.)	20
	Обручи (d-75см.)	2
	Кубики жесткие	20
	Ленточки	20
	Мешочки с грузом масса 150-200гр.	40
	Комплект вертикальных стоек	2
	Балансировочная дорожка (комплект	1

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
Образовательная деятельность по физическому развитию	а) в помещении	2 раза в неделю 15	2 раза в неделю 20	2 раза в неделю 25	2 раза в неделю 30
	б) на улице	1 раз в неделю 15	1 раз в неделю 20	1 раз в неделю 25	1 раз в неделю 30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 5	Ежедневно 6	Ежедневно 8	Ежедневно 10
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий

Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 25	1 раз в месяц 30	1 раз в месяц 35
	б) физкультурный праздник	—	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность		Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры.	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

VIII.

Сетка занятий.

Группа № п/п	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Группа раннего возраста № 3		9:00-9:10		9:00-9:10	
Группа раннего возраста № 4			9:00-9:10		9:00-9:10
Младшая группа № 5	9:00-9:15	На прогулке 11:45-12:00		9:25-9:40	
		Досуг (1 неделя) 16:00-16:15			
Средняя группа №10	9:55-10:15	Досуг (2 неделя) 16:00-16-20	9:55-10:15	На прогулке 11:40-12:00	
Старшая группа № 7	Досуг (3 неделя) 16:00-16:25		9:20-9:45	На прогулке 11:40-12:05	9:20-9:45
Старшая группа № 11		9:50-10:15		9:50-10:15	На прогулке 11:40-12:05
		Досуг (3 неделя) 16:00-16:25			
Подготовительная к школе группа № 6	10:30-11:00	Досуг (4 неделя) 16:00-16:30	10:30-11:00	На прогулке 11:50-12:20	
Подготовительная к школе группа № 9	Досуг (4 неделя) 16:00-16:30	10:30-11:00		10:30-11:00	На прогулке 11:50-12:20

VIV. Учебно-методическое и информационное обеспечение образовательного процесса:

1. «Физическая культура в детском саду» Младшая группа. Л. И. Пензулаева. М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2014.-80с.
2. «Физическая культура в детском саду» Средняя группа. Л. И. Пензулаева. М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2014.-112с.
3. «Физическая культура в детском саду» Старшая группа. Л. И. Пензулаева. М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2014.-128с.
4. «Физическая культура в детском саду» Подготовительная к школе группа. Л. И. Пензулаева. М.:МОЗАИКА- СИНТЕЗ,2014.-112с.
5. «Физкульт-Ура» Г.И. Погадаев;-М.: Школьная Пресса,2003.-96с
6. «Занимательная физкультура для дошкольников» К.К. Утробина;-М.:Гном и Д,2003.-128с.
7. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей» Н.С. Голицына, И.М. Шумова;-М.: Скрипторий 2007.-120с.
8. «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость» Е.Н. Вавилова;-М.: Просвещение,1981.-96с.
9. «Выпрями спинку» В.А. Епифанов;-М.: Эксмо,2011.-160с.
10. «Двигательный игротренинг для дошкольников» А.А. Потапчук, Т.С. Овчинникова.-СПб.: Речь, М.: Сфера, 2009.-176с.
11. «Утренняя гимнастика в детском саду» Автор: Т. Е. Харченко.-М.: Мозаика-Синтез, 2008.-96с.
12. «300 подвижных игр для оздоровления детей» Страковская В.Л.-М.: Новая школа, 1994.-288с.
13. «Развивающая педагогика оздоровления» Кудрявцев В.Т.,Егоров Б.Б.-М.: Линка –Пресс, 2000.-296 с.
14. И.А. Светланова «Психологические игры для детей».-Ростов н/Д:Феникс,2014.
15. С.Ю. Федорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет»-М.: Мозаика-Синтез, 2017.-88с.
16. Т.Э.Токаева «Технология физического развития детей 3-4 лет»-М.:ТЦ Сфера,2017
17. Т.Э.Токаева «Технология физического развития детей 4-5 лет»-М.:ТЦ Сфера,2017
18. Т.Э.Токаева «Технология физического развития детей 5-6 лет»-М.:ТЦ Сфера,2017
19. Т.Э.Токаева «Технология физического развития детей 6-7 лет»-М.:ТЦ Сфера,2017
- 20.«Правильное закаливание детей от рождения до школы. Н.Бурцев.-Ростов н/Д: Феникс, 2013 -125с.
21. «Здоровьесберегающая система ДОО» М.А. Павлова, М.В.Лысогорская.- Волгоград: Учитель, 2016-183с.
22. «Хатха-йога для детей» Л. И. Латохина-М.: Просвещение, 1993.-160с.
23. «Играем, гуляем, развиваем» А.Н. Ионова-М.: Экзамен, 2011-125с.
24. «Детская психосоматика. Почему болеют наши дети?» Н.Ю. Дмитриева- Ростов н/Д: Феникс, 2016-152с.
25. «Растем здоровыми» В.А. Доскин, Л.Г. Голубева.-2-е изд.-М.:Просвещение,2003.-110с.
26. «Беседы о здоровье» Т.А. Шорыгина –М.: ТЦ Сфера, 2007.-64с.
27. «Профилактика плоскостопия у дошкольников 4-7лет» Т.В. Мустафина –М.:ТЦ Сфера, 2020.- 112с.
28. «Йога для детей» Парциальная программа для детей дошкольного возраста-СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс»,2020.-192с.
29. «Развитие физических способностей детей» Викулов А.Д., Бутин И.М.-Ярославль: Гринго, 1996.-176 с.