



муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Солнышко»  
Старополтавского района Волгоградской области

Рассмотрено и принято на педагогическом совете № от 31 августа.2022г.



Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с «Солнышко» Герасименко О.Н.  
приказ № 198 от 01 сентября 2022 г.

муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Солнышко»  
Старополтавского района Волгоградской области

Рассмотрено и принято на педагогическом совете № от 31 августа.2022г.

Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с «Солнышко» Герасименко О.Н.  
приказ № 198 от 01 сентября 2022 г.

**Рабочая программа образовательной деятельности по физической культуре на 2022-2023 учебный год**

Составила: инструктор по физической культуре  
Асанова Н.М.

Рабочая программа образовательной деятельности по физической культуре на 2022-2023 учебный год

Старая Полтавка,  
2022

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **1.Целевой раздел Программы:**

#### 1.1 Пояснительная записка:

Цели и задачи Программы.

Возрастные особенности детей от 2 до 7 лет

#### 1.2 Интеграция образовательных областей

#### 1.3 Планируемые результаты освоения Программы.

### **2. Содержательный раздел Программы:**

2.1 Содержание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области: «Физическое развитие».

2.2 Описание форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

-методы и приемы реализации Программы

-формы организации двигательной деятельности

-взаимодействие с родителями воспитанников

- взаимодействие с педагогами и специалистами

### **3. Организационный раздел Программы:**

3.1 Система физкультурно-оздоровительной работы

3.2 Организация двигательного режима.

3.3 Физкультурное оборудование и инвентарь

3.4 Программно-методическое обеспечение

список используемой литературы .

комплексно-тематическое планирование (приложение № 2).

### **4. Приложения**

## ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре на 2022-2023 учебный год (далее- Рабочая программа) разработана в соответствии с основной общеобразовательной программой дошкольного образования МБДОУ «Солнышко» (далее –Программа) с учетом примерной основной общеобразовательной программой дошкольного образования «Детство» под общей редакцией Т. И. Бабаевой,

А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцевой (далее- «Детство» ) и предусмотрена для организации образовательной деятельности с детьми в возрасте от 2 до 7 лет. 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

Конституцией Российской Федерации ст. 43, 72;

Письмом Минобрнауки 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)

При разработке Рабочей программы и ее дальнейшей реализации используются дополнительные программы: «Ритмическая мозаика» Бурениной, программа олимпийского образования дошкольников «Путешествие в Олимпию» под редакцией С.О. Филипповой, Т.В. Волосниковой; «Познаю себя» программа познания ребенком самого себя. Г.Г.Давыдова, М.В.Корепамова.

#### **Цель Рабочей программы:**

Обеспечение условий для сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей в соответствии с их психофизиологическими возможностями.

#### **Приоритетные задачи реализации Рабочей программы:**

рациональная организация двигательной активности детей;

формирование основ его двигательной и гигиенической культуры, развитие двигательных навыков и способностей;

создание предметно-развивающей среды, стимулирующей двигательную активность ребёнка.

Принципы и подходы к формированию Рабочей программы полностью соответствуют заявленным в Программе.

#### **Принципы построения программы по ФГОС:**

полноценное проживание ребенком всех этапов детства (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);

## **Программные задачи по возрастам**

### ***Третий год жизни. 1-я младшая группа***

#### **Задачи образовательной деятельности:**

1. Обогащать детский двигательный опыт, способствовать освоению основных движений, развитию интереса к подвижным играм и согласованным двигательным действиям.
2. Обеспечивать смену деятельности детей с учетом степени ее эмоциональной насыщенности, особенностей двигательной и интеллектуальной активности детей.
3. Создать все условия для успешной адаптации каждого ребенка к условиям детского сада.
4. Укреплять здоровье детей, реализовывать систему закаливания.
5. Продолжать формирование умения ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног, действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры.

### ***II младшая группа***

#### **Задачи образовательной деятельности**

1. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.
3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.
4. Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками
5. Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилок, салфеткой

### ***Средняя группа (4-5 лет)***

#### **Задачи образовательной деятельности**

1. Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.
2. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.
3. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни.
4. Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

### ***Старшая группа (5-6 лет)***

#### **Задачи образовательной деятельности**

1. Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).

2. Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.
3. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.
4. Развивать творчество в двигательной деятельности.
5. Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
6. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.
7. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения.
9. Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.
10. Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.

### ***Подготовительная группа (6-7 лет)***

#### ***Задачи образовательной деятельности***

1. Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.
2. Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.
3. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
4. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.
5. Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений.
6. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
7. Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.
8. Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.
9. Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

### **Возрастные особенности детей от 2 до 7 лет**

#### ***Третий год жизни. 1-я младшая группа***

На третьем году жизни характерный для первых двух лет интенсивный темп физического развития несколько замедляется, но весь организм крепнет, растет, развивается нервная система, совершенствуется моторика.

Ребенок в этом возрасте чрезвычайно активен, старается действовать самостоятельно. Сохраняется стремление к действиям с предметами. Существенное значение для развития моторики имеет возникновение сюжетной игры.

Движения ребенка еще не сформированы как произвольные, они часто непреднамеренны, направления их случайны. Однако в этом возрасте появляется возможность устанавливать некоторое сходство с образцом движения. Действуя по подражанию, ребенок не придерживается точно заданной формы движения. К концу года движения приобретают размеренный ритмический характер и выполняются с большей свободой и легкостью. Это поддерживает положительное

эмоциональное отношение к двигательной деятельности. У ребенка развивается двигательная память, позволяющая самостоятельно воспроизводить выполненные ранее движения.

### ***2-я младшая группа***

К концу четвертого года жизни младший дошкольник овладевает элементарной культурой поведения во время еды за столом и умывания.

В этом возрасте ребенок обладает уже сравнительно большим запасом движений, но он еще не заботится о результатах своих действий, он поглощен процессом самих движений, их эмоциональным воздействием. Наряду с этим движения ребенка постепенно приобретают все более преднамеренный характер. Ребенок уже в состоянии проделывать, повторять движения по своему усмотрению или по предложению воспитателя, соблюдать направление движения, отличать некоторые его способы. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Совершая действия, ребенок может соблюдать в них известную последовательность движений. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания действиям знакомых образов. Ребенок более сознательно следит за показом движения воспитателем, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.

К концу 4-го года ребенок уже обладает большим и прочным запасом разнообразных движений, который обуславливает свободу самостоятельных действий и уверенность в себе. Это позволяет воспитателю перейти к работе над качественной стороной основных движений детей.

### ***Средняя группа 4-5 лет***

Возросли физические возможности детей: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, наполнить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми. Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки детей среднего дошкольного возраста, которых отличает довольно высокая возбудимость. Увидев перевозбуждение ребенка, воспитатель, учитывая слабость тормозных процессов детей 4-5 лет, переключает его внимание на более спокойное занятие. Это поможет ребенку восстановить силы и успокоиться.

У детей 4-5 лет ярко проявляется интерес к игре. Ранимость ребенка 4-5 лет - это не проявление его индивидуальности, а особенность возраста. Воспитателю необходимо быть очень внимательным к своим словам, к интонации речи при контактах с ребенком и оценке его действий, в первую очередь подчеркивать успехи, достижения и нацеливать на положительные действия. Взаимодействуя с дошкольниками, воспитатель использует несколько педагогических позиций:

- партнерства и сотрудничества («Мы сделаем это вместе», «Давайте найдем общее решение», «Мне тоже интересно узнать об этом»);

- передачи опыта («Люди обычно это делают так»);

- обращения за помощью к детям («У меня это почему-то не получается», «Я забыла, как это можно сделать», «Кто может мне помочь в этом?»).

Такое взаимодействие с педагогом помогает детям быстрее становиться самостоятельными и чувствовать себя компетентными.

### ***Старшая группа, подготовительная группа***

На седьмом году жизни происходят большие изменения в физическом, познавательном, эмоциональном и социально-личностном развитии старших дошкольников, формируется готовность к предстоящему школьному обучению.

*Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью.* Дети хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма.

Взросла возможность пространственной ориентировки, заметно увеличились проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту

и гармонию движений. Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр.

Старшие дошкольники активно приобщаются к нормам здорового образа жизни. В увлекательной, наглядно-практической форме инструктор по физическому развитию обогащает представления детей о здоровье, об организме и его потребностях, способах предупреждения травматизма, закаливании. Гигиенические навыки у детей старшего дошкольного возраста становятся достаточно устойчивыми. Формируется привычка самостоятельно следить за своим внешним видом, пользоваться носовым платком, быть опрятными и аккуратными, причесываться.

Повышается общая осведомленность детей о здоровьесберегающем поведении: элементарные правила безопасности, сведения о некоторых возможных травмирующих ситуациях, важности охраны органов чувств (зрения, слуха), некоторых приемах первой помощи в случае травмы (ушиб, порез, ссадина), правилах поведения в обществе в случае заболевания (при кашле, чихании прикрывать рот платком, отворачиваться, не пользоваться общей посудой с заболевшим), некоторых правилах ухода за больным (не шуметь, выполнять просьбы, предложить чай, подать грелку, градусник и т. п.).

Переход в старшую и особенно в подготовительную группу связан с *изменением статуса дошкольников в детском саду* — в общей семье воспитанников детского сада они становятся самыми старшими. Наряду с воспитателем инструктор по физической культуре помогает детям осознать и эмоционально прочувствовать свое новое положение.

Такие мотивы, как: «Мы заботимся о малышах», «Мы — помощники воспитателя», «Мы хотим узнать новое о мире и многому научиться», «Мы готовимся к школе», выступления на спортивных, общегородских соревнованиях направляют активность старших дошкольников на решение новых, значимых для их развития задач. **Необходимо постоянно поддерживать в детях ощущение взросления**, растущих возможностей, вызывать стремление к решению новых, более сложных задач познания, общения, деятельности, вселять уверенность в своих силах. Одновременно важно развивать чувство ответственности за свои действия и поступки.

Воздушный и тепловой режимы, освещенность спортивного зала должны соответствовать принятым гигиеническим нормам. Возраст 5—7 лет характеризуется активизацией ростового процесса. Быстро увеличивается длина конечностей. Следует помнить, что позвоночник ребенка 5—7 лет очень чувствителен к деформирующим воздействиям. Поэтому **постоянный контроль за позой и осанкой каждого ребенка — обязательное условие его нормального физического развития**.

У старших дошкольников наблюдается незавершенность строения стопы. Необходимо предупреждать появление и закрепление плоскостопия. Его причиной могут стать постоянное ношение обуви без каблучка, на жесткой, негнувшейся подошве, большего, чем нужно, размера, а также излишняя масса тела, перенесенные заболевания. **Инструктору следует быть внимательным к жалобам отдельных детей на усталость и боль в ногах при ходьбе или стоянии**.

У старших дошкольников хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие мышцы, особенно кистей рук, все еще слабы. Для их развития инструктор часто использует пальчиковую гимнастику.

## 1.2 Интеграция образовательных областей

Физическая культура по своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

**Социально-коммуникативное развитие.** Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментов и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

**Познавательное развитие.** Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение.

Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

**Речевое развитие.** Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

**Художественно-эстетическое развитие.** Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения

## **Планируемые результаты**

### ***Третий год жизни. 1-я младшая группа***

#### **Планируемые результаты образовательной деятельности**

Достижения ребенка

Ребенок интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.).

При выполнении упражнений демонстрирует достаточную координацию движений, быстро реагирует на сигналы.

С большим желанием вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, проявляет инициативность.

Стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям.

Переносит освоенные простые новые движения в самостоятельную двигательную деятельность

### ***II младшая группа***

#### **Планируемые результаты образовательной деятельности**

Достижения ребенка

Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.

При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.

Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.

Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.

С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату.

С интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания о предметах, необходимых для двигательной деятельности ( мяч, санки и т.д)

### ***Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей***

Ребенок малоподвижен, его двигательный опыт беден.

Неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании).

Затрудняется действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстает от общего темпа выполнения упражнений.

Не испытывает интереса к физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями.

Незнаком или имеет ограниченные представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни

Испытывает затруднения в самостоятельном выполнении процессов умывания, питания, одевания, элементарного ухода за своим внешним видом, в использовании носового платка, постоянно ждет помощи взрослого.

### ***Средняя группа***

## **Планируемые результаты образовательной деятельности**

### **Достижения ребенка**

В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук.

Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.

Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.

Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.

Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы.

Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.

Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.

Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

### ***Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей***

Двигательный опыт (объем основных движений) беден.

Ребенок допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа воспитателя. Затрудняется внимательно воспринять показ педагога, самостоятельно выполнить физическое упражнение.

Нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует.

Движения недостаточно координированы, быстры, плохо развита крупная и мелкая моторика рук.

Испытывает затруднения при выполнении скоростно-силовых, силовых упражнений и упражнений, требующих проявления выносливости, гибкости.

Интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями нестойкий. Потребность в двигательной активности

Не проявляет настойчивость для достижения хорошего результата при выполнении физических упражнений. Не переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.

У ребенка наблюдается ситуативный интерес к правилам здорового образа жизни и их выполнению.

Затрудняется ответить на вопрос взрослого, как он себя чувствует, заболел ли он, что болит.

Испытывает затруднения в выполнении процессов личной гигиены. Готов совершать данные действия только при помощи и по инициативе взрослого.

Затрудняется в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

### ***Старшая группа***

#### **Результаты образовательной деятельности**

##### **Достижения ребенка**

Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений).

В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.

В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.

Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.

Имеет представления о некоторых видах спорта.

Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.

Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.

Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.

Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.

Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

### ***Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей***

Двигательный опыт ребенка беден (малый объем освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений); плохо развита крупная и мелкая моторика рук.

В двигательной деятельности ребенок затрудняется проявлять выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.

В поведении слабо выражена потребность в двигательной деятельности.

Не проявляет интереса к новым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при выполнении упражнений.

Неуверенно выполняет упражнения, не замечает ошибок других детей и собственных. Интересуется простыми подвижными играми, нарушает правила, увлекаясь процессом игры.

Слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений, не проявляет интереса к проблемам здоровья и соблюдению в своем поведении основ здорового образа жизни.

Представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни поверхностные.

Ребенок испытывает затруднения в самостоятельном выполнении культурно-гигиенических навыков, в уходе за своим внешним видом, вещами и игрушками

### ***Подготовительная группа***

#### ***Результаты образовательной деятельности***

##### ***Достижения ребенка***

Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).

В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.

Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.

Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.

Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

Имеет начальные представления о некоторых видах спорта.

Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.

Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья.

Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью ко взрослому).

### ***Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей***

В двигательной деятельности ребенок затрудняется в проявлении быстроты, координации (ловкости), выносливости, силы и гибкости.

Допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений.

Слабо контролирует выполнение своих движений и движений товарищей, затрудняется в их оценке.

Допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности.

Не проявляет стойкого интереса к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при их выполнении.

Проявляет несамостоятельность в выполнении культурно-гигиенических процессов (к началу обучения в школе не овладел основными культурно-гигиеническими умениями и навыками).

Не имеет привычки к постоянному использованию культурно-гигиенических навыков без напоминания взрослого. Проявляет равнодушие по отношению к больному близкому человеку в семье, к заболевшему сверстнику.

### **Диагностика физической подготовленности воспитанников**

Педагогическая диагностика по ФИЗО проводится 2 раза в год (вводная – в сентябре, итоговая – в мае).

Важным условием успешного физического воспитания дошкольников является диагностическая работа, которая осуществляется инструктором по физической культуре совместно с воспитателями и медицинским работником ДОУ. В соответствии с рекомендациями Всемирной организации здравоохранения при характеристике физического состояния ребенка в процессе физического воспитания учитываются динамика его физического развития, функционального состояния и физической подготовленности. Диагностика физической подготовленности позволяет выявить уровень развития движений и физических качеств, выделить способных, средних, отстающих в двигательном развитии детей и определить для каждого ребенка оптимальную «ближайшую» зону развития функциональных систем и двигательных навыков.

**Цель диагностики:** выявление уровня физической подготовленности детей (начального уровня и динамики развития), эффективности педагогического воздействия

Результаты диагностики физической подготовленности позволяют:

- установить причины отставания или опережения в освоении детьми образовательной программы;
- определить необходимые физкультурно-оздоровительные мероприятия (кроме основных форм физического воспитания дополнительные формы: секции - для физически развитых и физически подготовленных ребят, дополнительные оздоровительные занятия для ослабленных и часто болеющих детей);
- индивидуализировать нагрузку, физические упражнения и закаливающие процедуры в соответствии с группой здоровья, отклонениями в физическом

развитии (повышенного или пониженного питания, небольшой рост, нарушение осанки, плоскостопие), уровнем сформированной двигательной активности (высокий - гиперактивные дети; средний, низкий - малоподвижные дети);

- определить технику владения основными двигательными умениями;
- развивать интерес детей к занятиям физической культурой

## 2.1 СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### *1 младшая группа. Третий год жизни.*

#### **Содержание образовательной деятельности**

##### **Двигательная деятельность**

Узнавание детьми разных способов ходьбы, прыжков, ползания и лазания, катания, бросания и ловли, построений, исходные положения в общеразвивающих упражнениях. Освоение простейших общих для всех правил в подвижных играх. Узнавание о возможности передачи в движениях действий знакомых им зверей,

домашних животных, птиц, рыб, насекомых, сказочных персонажей.

На 3-м году жизни происходит освоение разнообразных физических упражнений, общеразвивающих упражнений, основных движений, подвижных игр и их правил.

По мере накопления двигательного опыта у малышей идет формирование новых двигательных умений: строиться парами, друг за другом; сохранять заданное направление при выполнении упражнений; активно включаться в выполнение упражнений; ходить, не сталкиваясь и не мешая друг другу; сохранять равновесие на

ограниченной площади опоры; бегать, не мешая друг другу, не наталкиваясь друг на друга; подпрыгивать на месте, продвигаясь вперед; перепрыгивать через предметы, лежащие на полу, мягко приземляться; бросать мяч воспитателю и ловить брошенный им мяч; подтягиваться на скамейке, лежа на груди; ползать на четвереньках, перелезать через предметы; действовать по указанию воспитателя, активно включаться в подвижные игры. Участие в многообразных играх и игровых упражнениях, которые направлены на развитие наиболее значимых в этом возрасте скоростно-силовых качеств и быстроты (особенно быстроты реакции), а также на развитие силы, координации движений.

Упражнения в беге содействуют развитию общей выносливости.

### *2-я младшая группа (3-4 года)*

#### **Содержание образовательной деятельности**

##### **Двигательная деятельность**

Порядковые упражнения. Построения и перестроения: свободное, в рассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием. Общеразвивающие упражнения.

Традиционные двухчастные общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу. Основные движения. Ходьба. Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске, ходьба и бег со сменой темпа и направления. Бег, не опуская головы. Прыжки. Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними. Катание, бросание, метание. Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не

прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками вдаль, в горизонтальную и вертикальную цели. Лазание по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола.

Музыкально-ритмические упражнения.

Подвижные игры. Основные правила в подвижных играх.

### **Средняя группа 4-5 лет**

#### **Содержание образовательной деятельности**

##### **Двигательная деятельность**

Порядковые упражнения. Построение в колонну по одному по росту. Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам.

Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте.

Общеразвивающие упражнения. Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты. Основные движения. Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге- активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках - энергичного толчка и маха руками вперед - вверх; в метании- исходного положения, замаха; в лазании - чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подводящие упражнения. Ходьба с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного). Бег. Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза);

челночный бег ( $5 \times 3 = 15$ ), ведение колонны. Бросание, ловля, метание. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. Ползание, лазание. Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом, не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек. Прыжки. Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе - ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (впрыгивание на высоту 15—20 см).

Сохранение равновесия после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности. Подвижные игры: правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия. Ритмические движения: танцевальные позиции (исходные положения); элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки.

### **Старшая группа (5-6 лет)**

#### **Содержание образовательной деятельности**

##### **Двигательная деятельность**

Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена.

Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах. Общеразвивающие упражнения: четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами. Подводящие и подготовительные упражнения. Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге- выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега- отталкивания, группировки и приземления, в метании - замаха и броска.

**Ходьба.** Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры.

**Бег.** На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3-4 раза), 20-30 м (2-3 раза), челночный бег 3×10 м в медленном темпе (1,5-2 мин).

**Прыжки.** На месте: ноги скрестно - ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4- 5 м.

Прыжки через 5-6 предметов на двух ногах (высота 15-20 см), впрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15-20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80-90 см), в высоту (30-40 см) с разбега 6-8 м; в длину (на 130-150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30-40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.

**Бросание, ловля и метание.** «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами).

Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4-6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5-6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5-9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5—4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо.

**Ползание и лазание.** Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке.

Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40-50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом.

**Подвижные игры** с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры-эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр.

### ***Подготовительная группа (6-7 лет)***

#### **Содержание образовательной деятельности**

##### **Двигательная деятельность**

Порядковые упражнения. Способы перестроения. Самостоятельное, быстрое и организованное построение и перестроение во время движения. Перестроение четверками. Общеразвивающие упражнения. Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног, парные упражнения. Упражнения в парах и подгруппах. Выполнение упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами. Упражнения с разными предметами, тренажерами. Основные движения. Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по

лестнице и канату: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании — энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подводящие и подготовительные упражнения.

**Ходьба.** Разные виды и способы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Упражнения в равновесии. Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру.

**Бег.** Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3-х минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5×10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м.

**Прыжки.** Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами. Прыжки через большой обруч, как через скакалку.

**Метание.** Отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами. Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцоброс и др.) разными способами. Точное поражение цели. Лазание. Энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице; по канату (шесту) способом «в три приема». Подвижные игры. Организовать знакомые игры с подгруппой сверстников. Игры-эстафеты.

**Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами**

Здоровье как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и

физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду. Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.

## **2.2 Описание форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.**

При реализации образовательной программы «Детство» педагог:

- продумывает содержание и организацию совместного образа жизни детей, условия эмоционального благополучия и развития каждого ребенка;
- определяет единые для всех детей правила сосуществования детского общества, включающие равенство прав, взаимную доброжелательность и внимание друг к другу, готовность прийти на помощь, поддержать;
- соблюдает гуманистические принципы педагогического сопровождения развития детей, в числе которых забота, теплое отношение, интерес к каждому ребенку, поддержка и установка на успех, развитие детской самостоятельности, инициативы;
- осуществляет развивающее взаимодействие с детьми, основанное на современных педагогических позициях: «Давай сделаем это вместе»; «Посмотри, как я это делаю»; «Научи меня, помоги мне сделать это»;
- сочетает совместную с ребенком деятельность и самостоятельную деятельность детей;
- ежедневно планирует образовательные ситуации, обогащающие практический и познавательный опыт детей, эмоции и представления о мире;
- создает развивающую предметно-пространственную среду;
- наблюдает, как развиваются самостоятельность каждого ребенка и взаимоотношения детей;
- сотрудничает с родителями, совместно с ними решая задачи воспитания и развития малышей.

**Занятие тренировочного типа**, которые направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др.

**Фронтальный способ.** Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

**Поточный способ.** Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

**Групповой способ.** Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

**Индивидуальный способ.** Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

**Контрольно-проверочные занятия**, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений (бег на скорость на 10 м, 30 м, прыжки в длину с места, метание мешочка вдаль, бросание мяча вверх и ловля его, бросание набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками и т.д.)

## **Принципы организации занятий**

**Принцип научности** предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

**Принцип развивающего обучения** от детей требуется приложение усилий для овладения новыми движениями.

**Принцип интеграции:** процесс оздоровления детей в МДОУ осуществляется в тесном единстве с учебно-воспитательным процессом.

**Принцип систематичности и последовательности** предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.

**Принцип связи теории с практикой** формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

**Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания** предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечет пути совершенствования умений и навыков, построение двигательного режима.

**Принцип доступности** позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

**Принцип результативности** предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

## **Методы и приемы обучения:**

### **Наглядные:**

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

### **Словесные:**

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- беседа;
- словесная инструкция.
- слушание музыкальных произведений;

### **Практические:**

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

## **Здоровьесберегающие технологии, используемые в целях реализации Программы**

- Непрерывно образовательная деятельность
- Спортивные праздники, развлечения, досуги
- Дыхательная гимнастика
- Логоритмическая гимнастика
- Пальчиковая гимнастика

### **Взаимодействие с родителями воспитанников**

В Концепции дошкольного воспитания подчёркивается: "Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьёй и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов".

С уверенностью можно сказать, что ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется в содружестве с семьёй.

Одним из важных принципов технологии реализации программы «Детство» является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс ДОО. При этом сам воспитатель определяет, какие задачи он сможет более эффективно решить при взаимодействии с семьёй, как поддерживать с родителями деловые и личные контакты, вовлекать их в процесс совместного воспитания дошкольников.

В младшем дошкольном возрасте большинство детей только приходят в детский сад, и родители знакомятся с педагогами ДОО. Поэтому задача педагога — заинтересовать родителей возможностями совместного воспитания ребенка, показать родителям их особую роль в развитии малыша. Для этого воспитатель знакомит родителей с особенностями ДОО, своеобразием режима дня группы и образовательной программы, специалистами, которые будут работать с их детьми

### ***Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников***

1. Ориентировать родителей на изменения в личностном развитии старших дошкольников — развитие любознательности, самостоятельности, инициативы и творчества в детских видах деятельности. Помочь родителям учитывать эти изменения в своей педагогической практике.
2. Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга (занятия в бассейне, коньки, лыжи, туристические походы), развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.
3. Побуждать родителей к развитию гуманистической направленности отношения детей к окружающим людям, природе, предметам рукотворного мира, поддерживать стремление детей проявить внимание, заботу о взрослых и сверстниках.
4. Познакомить родителей с условиями развития познавательных интересов, интеллектуальных способностей дошкольников в семье. Поддерживать стремление родителей развивать интерес детей к школе, желание занять позицию школьника.
5. Включать родителей в совместную с педагогом деятельность по развитию субъектных проявлений ребенка в элементарной трудовой деятельности (ручной труд, труд по приготовлению пищи, труд в природе), развитию желания трудиться, ответственности, стремления довести начатое дело до конца.
6. Помочь родителям создать условия для развития эстетических чувств старших дошкольников, приобщения детей в семье к разным видам искусства (архитектуре, музыке, театральному, изобразительному искусству) и художественной литературе.

### **Взаимодействие с педагогами и специалистами**

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

### ***Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя***

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью (чешками), чтобы были сняты майки и у детей

ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей.

### ***Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-логопеда***

#### **Задачи взаимосвязи:**

Коррекция звукопроизношения;  
 Упражнение детей в основных видах движений;  
 Становление координации общей моторики;  
 Умение согласовывать слово и жест;  
 Воспитание умения работать сообща

### ***Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя***

Музыка воздействует:  
 на эмоции детей;  
 создает у них хорошее настроение;  
 помогает активировать умственную деятельность;  
 способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;  
 освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;  
 привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

## **3. Организационный раздел Программы:**

### ***3.1 Система физкультурно-оздоровительной работы***

№ п/п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1.	Обеспечение здорового ритма жизни - щадящий режим / в адаптационный период/ - гибкий режим дня - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей - организация благоприятного микроклимата	1 младшая группа  Все группы Все группы	Ежедневно в адаптационный период ежедневно ежедневно	Воспитатели, медик, педагоги  все педагоги, медик
2.	<b>Двигательная активность</b>	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор ф/ры
2.1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор ф/р
2.2.	Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию в зале; на улице.	Все группы Все группы	2 р. в неделю 1 р. в неделю	Инструктор ф/ры Воспитатели
2.3.	Спортивные упражнения (санки, лыжи, велосипеды и др.)	Во всех группах	2 р. в неделю	Воспитатели
2.4.	Элементы спортивных игр	старшая, подготовительная	2 р. в неделю	Воспитатели, Инструктор ф/ры
2.5.	Кружковая работа	Старший дошкольный возраст	1 р. в неделю	Инструктор ф/ры
2.6.	Активный отдых спортивный час; физкультурный досуг; поход в лес.	Все группы Все группы Подготовительная	1 р. в неделю 1 р. в месяц 1 р. в год	Инструктор ф/ры, Воспитатели

		ая		
2.7.	Физкультурные праздники (зимой, летом) «День здоровья» «Весёлые старты»	все группы подготовительная	1 р. в год 1 р. в год	Инструктор ФИЗО, Воспитатели, муз. Рук.
2.8.	Каникулы (непосредственная образовательная деятельность не проводится)	Все группы	1 р. в год (в соответствии с годовым календарным учебным графиком )	Все педагоги
3.	<b>Лечебно – профилактические мероприятия</b>			
3.1.	Витаминотерапия	Все группы	Курсы 2 р. в год	фельдшер, медсестра
3.2.	Профилактика гриппа (проветривание после каждого часа, проветривание после занятия)	Все группы	В неблагоприятный период (осень, весна)	фельдшер, медсестра
3.3.	Физиотерапевтические процедуры (кварцевание, ингаляция)	По показаниям врача	В течении года	фельдшер, медсестра
3.4.	Фитоадентогены (женьшень и эвкалипт)	Все группы	Осень, весна	медсестра
3.5.	Фитонезидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	В неблагопр. период (эпидемии гриппа, инфекции в группе)	Воспитатели медсестра
4.	<b>Закаливание</b>			
4.1.	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна	Воспитатели
4.2.	Ходьба босиком	Все группы	Лето	Воспитатели
4.3.	Облегчённая одежда детей	Все группы	В течении дня	Воспитатели, мл. воспитатели
4.4.	Мытьё рук, лица	Все группы	В течении дня	Воспитатели

### 3.2 Организация двигательного режима.

## Модель двигательного режима по всем возрастным группам.

	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Подвижные игры во время приёма детей	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Утренняя гимнастика	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Физкультминутки	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.
Музыкально – ритмические движения.	НОД по музыкальному развитию 6-8 мин.	НОД по музыкальному развитию 8-10 мин.	НОД по музыкальному развитию 10-12 мин.	НОД по музыкальному развитию 12-15 мин.
Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию (2 в зале, 1 на улице)	2 раза в неделю 10-15 мин.	3 раза в неделю 15-20 мин.	3 раза в неделю 15-20 мин.	3 раза в неделю 25-30 мин.
Подвижные игры: сюжетные; бессюжетные; игры-забавы; соревнования; эстафеты; аттракционы.	Ежедневно не менее двух игр по 5-7 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 7-8 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 8-10 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 10-12 мин.
Оздоровительные мероприятия: гимнастика пробуждения дыхательная гимнастика	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 6 мин.	Ежедневно 7 мин.	Ежедневно 8 мин.
Физические упражнения и игровые задания: артикуляционная гимнастика; пальчиковая гимнастика; зрительная гимнастика.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 10-15 мин.
Физкультурный досуг	1 раз в месяц по 10-15 мин.	1 раз в месяц по 15-20 мин.	1 раз в месяц по 25-30 мин.	1 раз в месяц 30–35 мин.
Спортивный праздник	2 раза в год по 10-15 мин.	2 раза в год по 15-20 мин.	2 раза в год по 25-30 мин.	2 раза в год по 30-35 м.
Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя.			

## Структура непрерывной образовательной деятельности в спортивном зале

В каждой возрастной группе физкультура проводится 2 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Занятия физической культурой – основная форма организации физического воспитания дошкольников. Одно из трех физкультурных занятий для детей 5-7 лет следует круглогодично проводить на открытом воздухе. Его проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях максимальное число занятий физкультурой проводят на открытом воздухе. Расписание образовательной деятельности по разделу «Физическая культура» в приложении № 1

Образовательная деятельность «Физическая культура» планируется в соответствии с темой, запланированной в определенной возрастной группе.

Источник разработанных примерных занятий « Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области с детьми 2-4 лет. Программа «Детство» авторы-составители: И.М.Сучкова, Е.А. Мартынова. Издательство «Учитель» 2016г.; « Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области с детьми 4-7 лет. Программа «Детство» авторы-составители Е.А.Мартынова, Н.А. Давыдова, Н.Р. Кислюк. Издательство «Учитель» 2016г.

В графу «дата проведения» записывается непосредственно дата проведения занятия, в графу «примечания» записываются изменения, возникшие в процессе реализации Программы.

Продолжительность НОД по физической культуре:

до 10 мин. - 1-я младшая группа

до 15 мин. - 2-я младшая группа

20 мин. - средняя группа

25 мин. - старшая группа

30 мин. - подготовительная к школе группа

Из них:

### **вводная часть-**

(беседа вопрос-ответ «Здоровье», «Безопасность», вопросы соответственно тематике занятия):

1,5 мин. - 2-я младшая группа,

мин. - средняя группа,

мин. - старшая группа,

мин. - подготовительная к школе группа.

### **(разминка):**

мин. - 1-я младшая группа, 1,5 мин. - 2-я младшая группа,

мин. - средняя группа,

мин. - старшая группа,

мин. - подготовительная к школе группа.

**Основная часть-** (общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра):

8 мин. - 1-я младшая группа,

11 мин. - 2-я младшая группа,

15 мин. - средняя группа,

17 мин. - старшая группа,

19 мин. - подготовительная к школе группа.

**Заключительная часть** -(игра малой подвижности):

мин. - 1-я и 2-я младшая группа и средняя группа,

мин. - старшая группа,

мин. - подготовительная к школе группа.

### Направленность программы «Школа здоровья»

Данная программа построена в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта (Федерального Государственного стандарта), разработана в рамках физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности.

**Актуальность** дополнительной образовательной программы определяется тем, что перед дошкольным учреждением стоит задача по воспитанию физически, психически здорового ребенка и проблема профилактики заболевания детей является одной из самых важных. Именно поэтому формирование потребности в здоровом образе жизни подрастающего поколения должно сегодня рассматриваться как приоритетное.

### Структура программы

Возраст воспитанников, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы, 5-6 лет.

Программа рассчитана на 1 год обучения:

14 часов в год; 30 занятия ( октябрь-май);

4 занятия в месяц ( январь-3 занятия в месяц;май-3занятия в месяц)

длительность занятия- 25 минут;

форма организации занятий- групповая;

форма проведения занятий- беседа, учебно-тренировочное занятие.

### Учебный план по реализации дополнительной образовательной программы

№	Название раздела программы	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Серия занятий «Я осваиваю гигиену и этикет»(теория,практика)	7	3	4	беседа, тестирование, наблюдение
2	Серия занятий « Я учусь охранять свою жизнь и здоровье» (теория, практика)	7	3	4	беседа, тестирование, наблюдение
3	Серия занятий «Занимайся физкультурой»(практика)	8		8	беседа, тестирование, наблюдение
4	Серия занятий «Я умею. Я могу. Я здоровье берегу» (закрепление полученных знаний и умений на практике: правила организации двигательного режима,	8		8	беседа, тестирование, наблюдение

	правильного питания, соблюдения режима дня, отказ от вредных привычек)				
Итого:		<b>30 часов</b>			

### **Ожидаемые результаты**

Содержание образования предполагает усвоение и совершенствование приобретенных знаний и умений в области основных компонентов здорового образа жизни: рационального режима дня, правильного питания, рациональной двигательной активности, сохранению оптимального психоэмоционального состояния.

Ребёнок, посещающий «Школу Здоровья», должен владеть необходимой информацией о здоровом образе жизни, стремиться вести здоровый образ жизни, иметь опыт практической деятельности, подкрепленный положительными эмоциями.

### **3.3 Специфика организации и содержание традиционных событий, праздников, мероприятий.**

Программа предусматривает организацию и проведение культурно-досуговой деятельности детей, задачами которого являются: организация культурного отдыха детей, их эмоциональный разрядки; развитие детского творчества, создание условий для взаимодействия детей и взрослых; обогащение опыта личного детей разнообразными впечатлениями, расширение их кругозора средствами интеграции содержания различных образовательных областей; формирование у детей представлений об активных формах культурного отдыха, воспитание потребности в их самостоятельной организации.

Цикличность организации досуговых мероприятий предполагает их еженедельное проведение по длительности, соответствуя нормам СанПиНа.

**Физкультурно досуговые мероприятия** направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

Физкультурные досуги и праздники проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений.

Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

### **3.4 Физкультурное оборудование и инвентарь**

#### **Нормативные требования по организации развивающей предметно-пространственной среды**

При организации развивающей предметно-пространственной среды дошкольной образовательной организации необходимо учитывать нормативные требования следующих документов: Конституция Российской Федерации;

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 02.07.2013 № 185 «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с принятием Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации"»;

Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

Письмо Минобрнауки России 28.02.2014 № 08-249 «Комментарии к ФГОС дошкольного образования»;

Концепция содержания непрерывного образования (дошкольное и начальное звено), утвержденная Федеральным координационным советом по общему образованию Министерства образования РФ от 17 июня 2003 года;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 19.12.2013. № 68 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3147-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к дошкольным группам, размещенным в жилых помещениях жилищного фонда»;

Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа», утверждённая Президентом РФ 04.02.2010 № Пр-271;

Письмо Минобрнауки России от 17 мая 1995 года № 61/19-12 «О психолого-педагогических требованиях к играм и игрушкам в современных условиях» (вместе с «Порядком проведения психолого-педагогической экспертизы детских игр и игрушек», «Методическими указаниями к психолого-педагогической экспертизе игр и игрушек», «Методическими указаниями для работников дошкольных образовательных учреждений "О психолого-педагогической ценности игр и игрушек"»);

Приказ Министерства образования РФ от 26.06.2000 №1917 «Об экспертизе настольных, компьютерных и иных игр, игрушек и игровых сооружений для детей»;

Письмо Минобрнауки РФ от 15.03.2004 № 03-51-46ин/14-03 «О направлении Примерных требований к содержанию развивающей среды детей дошкольного возраста, воспитывающихся в семье».

### **Назначение и цели организации РППС ДОО**

В системе дошкольного образования в связи с принятием ФГОС ДО, а также меняющихся нормативно-правовых, административных, экономических, социокультурных условий, дошкольные организации могут вполне реально осуществлять реформу своей деятельности. Это касается и изменений развивающей среды ребенка. Здесь крайне необходимо произвести новые изменения при сохранении лучших традиций системы.

Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала является частью целостной образовательной среды дошкольной организации. В рамках современных тенденций развития российского дошкольного образования возможны разные варианты создания развивающей предметно-пространственной среды при условии, что учитывается возрастная и гендерная специфика для реализации общеобразовательной программы.

### **В соответствии с ФГОС дошкольного образования предметная среда должна обеспечивать и гарантировать:**

- охрану и укрепление физического и психического здоровья и эмоционального благополучия детей, а также проявление уважения к их человеческому достоинству их чувствам и потребностям, формировать и поддерживать положительную самооценку, в том числе и при

взаимодействии детей друг с другом и в коллективной работе, уверенность в собственных возможностях и способностях;

- максимальную реализацию образовательного потенциала пространства Организации, спортивного зала и прилегающей территории, приспособленной для реализации Программы ФГОС, а также материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития;
- построение вариативного развивающего образования, ориентированного на возможность свободного выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения, как с детьми разного возраста, так и со взрослыми, а также свободу в выражении своих чувств и мыслей;
- открытость дошкольного образования и вовлечение родителей (законных представителей) непосредственно в образовательную деятельность, осуществление их поддержки по вопросам образования детей, воспитания, охране и укреплении их здоровья, а также поддержки образовательных инициатив внутри семьи;
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированной на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающей социальную ситуацию его развития и соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так искусственного замедления развития детей);
- создание равных условий, максимально способствующих реализации различных образовательных программ в дошкольных образованиях для детей, принадлежащих к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющих различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья.

### **Основные принципы организации развивающей предметно-пространственной среды дошкольной образовательной организации (РППС ДОО)**

Принципы конструирования предметно-пространственной среды в образовательных учреждениях основаны на психолого-педагогической концепции современного дошкольного образования, которая сводится к созданию социальной ситуации развития ребенка.

В соответствии с ФГОС ДО и общеобразовательной программой ДОО развивающая предметно-пространственная среда создается педагогами для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его возможностей, уровня активности и интересов. Для выполнения этой задачи РППС должна быть:

**содержательно-насыщенной** – включать средства обучения (в том числе технические), материалы (в том числе расходные), инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, которые позволяют обеспечить игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех категорий детей, экспериментирование с материалами, доступными детям; двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей;

**трансформируемой** – обеспечивать возможность изменений РППС в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов и возможностей детей;

**полифункциональной** – обеспечивать возможность разнообразного использования составляющих РППС (например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм, в том числе природных материалов) в разных видах детской активности;

**доступной** – обеспечивать свободный доступ воспитанников (в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья) к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

**безопасной** – все элементы РППС должны соответствовать требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы и правила пожарной безопасности.

## ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Спортивный зал располагается в здании МБДОУ детский сад «Солнышко»

Предназначен для проведения непрерывной образовательной деятельности, развлечений и праздников по физической культуре.

Общая площадь составляет \_\_\_\_\_ .

Ответственный: инструктор по физической культуре Асанова Нурия Мавлетшаевна.

## Оснащенность физкультурного зала

№	Пособия и оборудования	Количество
1	Стенка гимнастическая 2 пролета	1
2	Стенка гимнастическая 3 пролета	1
3	Доска гладкая с зацепами	1
4	Скамейка гимнастическая 4 метра	2
5	Дуга большая высота - 64см.(металлическая)	5
6	Дуга малая высота-42см. (металлическая)	5
7	Набор деревянных дуг (4 предмета)	1
8	Баскетбольная навесная корзиной	1
9	Щит навесной для метания	2
10	Корзина пластмассовая для мячей, гимнастических палок большая (h-52 см)	2
11	Корзина пластмассовая для мячей маленькая (переносная)	2
12	Ящик пластмассовый для пособий «Маша и медведь»	1
13	Мат поролоновый	7
14	Комплект мягких модулей	1
15	Мешочки для метания	30
16	Скакалка короткая длина - 1700см	9
17	Скакалка длинная длина 2050 см	4
18	Палка гимнастическая деревянная длина- 70 см	20
19	Обруч малый диаметр - 59 см	22
20	Обруч большой диаметр- 75 см	13
21	Обруч большой диаметр -66 см	22
22	Массажная дорожка (красный, зеленый, желтый, синий)	8
23	Массажный коврик «Зебра»	1
24	Сенсорная дорожка ( 6 предметов)	1

25	Набор «Математический» (9 предметов)	1
26	Деревянная дощечка длина –60 см, ширина- 12 см	10
27	Массажные мячи	19
28	Канат 175 см	1
29	Мяч резиновый малый диаметр - 7,5см-10 см	30
30	Мяч резиновый средний диаметр - 14см	30
31	Мяч резиновый большой диаметр - 19 см	30
32	Мяч надувной (фитбол)	13
33	Лента разноцветная длина - см'	10
34	Мешочек с песком	
35	Набор мягких модулей «строитель»?????	1
36	Кегля пластмассовая	40
37	Фитбол мяч	13
38	Набор (конструктор)	1
39	Набор «Лыжник»	2
40	Клюшки деревянные	6
41	Клюшки пластмассовые	15
42	Шайбы пластмассовые	15
43	Флажки	30
44	Тренажер для прыжков «Батут»	2
45	Тренажер «Бегущий по волнам»	2
46	Тренажер «Беговая дорожка»	3
47	Тренажер «Велосипед»	4
48	Тренажер «Силачи»	2
49	Тренажер «Гребля»	2
50	Тренажер «Силовой»	2
51	Тренажер «Диск здоровья»	2
52	Тренажер « Шагомер»	2
53	Сухой бассейн	1
54	Домашний стадион№1	1
55	Домашний стадион №2	1
56	Ковровая дорожка длина- см, ширина- см	1
57	Ковровая дорожка длина- см, ширина- см	4
58	Тележка для инвентаря деревянная	3

### Оснащение спортивной площадки

№	наименование	количество
1	Спортивный городок	1 комплект
2	Горка	1 шт
3	бревна	2 шт
4	Прыжковая яма	1 шт

### Библиотечно-информационные ресурсы

1	Азбука хореографии. Москва «АЙРИС ПРЕСС РОЛЬФ» 2001	Т. Барышникова
2	Будь здоров, дошкольник Программа физического развития детей 3-7 лет. (соответствует ФГОС ДО)	Т.Э. Токаева
3	Быть здоровыми хотим .Оздоровительно-познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада. Москва «Творческий центр СФЕРА» 2004	М.Ю.Картушина
4	Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет. Санкт-Петербург «Союз» 2002	О.Н.Козак
5	Воспитание двигательной культуры дошкольников. Учебно –методическое пособие. Москва «Аркти» 2005	Л.Н.Волошина
6	В ритме музыки дышать веселее. Музыкально-ритмическая дыхательная гимнастика для детей на основе методики Стрельниковой А.Н. Волгоград 2001	ДФомина Н.А.
7	В музыкальном ритме сказок. Учебно-методическое пособие Волгоград 1999	Фомина.Н.А.
8	Гимнастика в детском саду. Москва «Просвещение» 1969	Т.И.Осокина Е.А.Тимофеева
9	Гимнастика маленьких волшебников .Элементы йоги для детей. Издательство «ДТД» 1993	Т.Нестерюк А.Шкода
10	Детские подвижные игры народов СССР Просвещение 1988	Составитель А.В. Кенеман Под. ред. Т.И.Осокиной
11	Двигательная активность ребенка в детском саду. Москва Издательство «Мозаика-Синтез»2002	М.А.Рунова
12	Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой Москва «Метафора» 2004	М.Щетинин
13	Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет. Москва Издательство «ГНОМ иД» 2005	К.К.Утробина
14	Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет. Москва Издательство «ГНОМ иД» 2005	К.К.Утробина
15	Зачем учиться физкультуре Москва «Вента- Граф» 2003	В.В.Зайцева
16	Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. Москва «Аркти» 2005	Н.К.Смирнов
17	Здоровьесберегающее пространство в ДОУ. проектирование, тренинги, занятия. Волгоград «Учитель» 2009	Н.И.Крылова
18	Зеленый огонек здоровья. Старшая группа Санкт-Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2004	М.Ю.Картушина

19	Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников Волгоград «Учитель» 2013	Л.Н.Волошина Е.В.Гавришова Н.М.Елецкая Т.В. Курилова
20	Лечебные игры и упражнения для детей Санкт-Петербург «Речь» 2007	А.А.Потапчук
21	Методика игрового тестирования двигательного развития и здоровья детей в норме и при патологии.	Н.Н.Ефименко
22	Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. Москва «Владос» 2001 (2 шт)	Л.Д.Глазырина В.А. Овсянкин
23	Музыкально-двигательная подготовка в системе физического воспитания. Учебно-методическое пособие. Волгоград 2000	Фомина Н.А.
24	Нетрадиционные занятия по физической культуре для самых маленьких. Минск ООО «Бестпринт» 1997	Л.Д.Глазырина
25	Общеразвивающие упражнения в детском саду. Книга для воспитателя детского сада. Москва «Просвещение» 1990	П.П.Бусицкая В.И.Васюкова Г.П.Лескова
26	Общеразвивающие упражнения в детском саду. Книга для воспитателя детского сада. Москва «Просвещение» 1981	П.П.Бусицкая В.И.Васюкова Г.П.Лескова
27	Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста. Пособие для родителей и воспитателей. Москва «Аркти» 2002	Н.И.Бочарова
28	Организация активного отдыха детей дошкольного возраста. Москва 1995	
29	Олимпийское образование дошкольников. Санкт-Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2007	Под ред. С.О.Филипповой Т.В.Волосниковой
30	Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. Москва «Просвещение» 1979	Е.А.Тимофеева
31	Познаю себя (программа познания ребенком самого себя) Волгоград «Учитель» 1999	Г.Г.Давыдова М.Ф. Корепанова
32	Подготовка дошкольников к обучению письму. Влияние специальных физических упражнений на эффективность формирования графических навыков. Методическое пособие. Санкт-Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕС» 2001	С.О.Филиппова
33	Психическое и физическое развитие ребенка от рождения до года. Москва «Аркти» 2002	А.С.Галанов
34	Психическое и физическое развитие ребенка от трех до пяти лет. Москва «Аркти» 2002	А.С.Галанов
35	Психическое и физическое развитие ребенка от одного года до трех лет. Москва «Аркти» 2002	А.С.Галанов
36	Проектная деятельность в детском саду. Спортивный социальный проект. Волгоград «Учитель» 2014	Е.В. Иванова
37	Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость.	Е.Н.Вавилова

	Москва «Просвещение»1981	
38	Развивающая педагогика оздоровления. Программно-методическое пособие Москва «ЛИНКА-ПРЕСС»2000	В.Т.Кудрявцев Б.Б. Егоров
39	Растите малышей здоровыми . Москва «Спарт» 1992	С.А.Пономарев
40	Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей. Санкт-Петербург 2000	А.И. Буренина
41	Русские народные подвижные игры . Москва «Просвещение»1986	М.Ф.Литвинова
42	СА-ФИ-ДАНСЕ Танцевально игровая гимнастика для детей. Санкт-Петербург «Детство-пресс» 2001	Ж.Е. Фирилева Е.Г.Сайкина
43	Спортивные праздники и развлечения .Сценарии младший и средний дошкольный возраст. «Аркти»2000	В.Я.Лысова Т.С.Яковлева М.Б.Зацепина О.И.Воробьева
44	Спортивные праздники и развлечения .Сценарии старший дошкольный возраст. «Аркти»2000	В.Я.Лысова Т.С.Яковлева М.Б.Зацепина О.И.Воробьева
45	Спортивные праздники в детском саду. Москва Творческий центр.2003	З.Ф.Аксенова
46	Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей . методическое пособие. Москва «Айрис-Пресс» 2007	М.Н.Щетинин
47	Сказочный театр физической культуры. Волгоград «Учитель» 2011	Н.А.Фомина
48	Сценарии оздоровительных досугов для детей 3-4 лет. Москва «Творческий центр» 2005	М.Ю.Картушина
49	Сценарии оздоровительных досугов для детей 6-7 лет. Москва «Творческий центр» 2005	М.Ю.Картушина
50	Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет. Волгоград «Учитель»2009	Е.И.Подольская
51	Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду Москва «Линка –Пресс» 2006	Слуцкая С.Л.
52	Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста Москва «Просвещение» 1985	А.В.Кенеман Д.В.Кенеман
53	Твой олимпийский учебник. Учебное пособие. Москва «Советский спорт» 2014	А.Т.Константинов В.В.Столбов В.С.Родиченко А.Т.Константинов
54	Твое здоровье .укрепление организма. Издательство «ДЕТСВО-ПРЕСС» Санкт-Петербург 2001	Г.К.Зайцев А.Г.Зайцев
55	Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. Москва «Владос» 2001	А.П.Щербак
56	Утренняя гимнастика под музыку Москва «Просвещение» 1984	Е.П.Иова Я.А.Иоффе О.Д.Головчинер

57	Учите бегать, прыгать, лазать, метать. Пособие для воспитателя детского сада. Москва «Просвещение» 1983	Е.Н.Вавилова
58	Уроки Мойдодыра. Уроки Айболита. (Пособие для детей 5-8 лет) Санкт-Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2001	Г.Зайцев
59	Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва 2009	Э.Я.Степаненкова
60	Физическая культура. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-7 лет. Программа «Детство» Волгоград «Учитель» 2013	Е.А.Мартынова Н.Р.Кислюк Н.А.Давыдова
61	Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет. Программа «Детство» Волгоград «Учитель» 2016 ( ФГОС ДО)	Е.А.Мартынова Н.Р.Кислюк Н.А.Давыдова
62	Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет. Программа «Детство» Волгоград «Учитель» 2016 ( ФГОС ДО)	Е.А.Мартынова Н.Р.Кислюк Н.А.Давыдова
63	Физкультурные занятия с элементами логоритмики. Волгоград «Учитель»	С.Ф. Копылова
64	Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ Москва «Издательство НИЦ ЭНАС» 2004	И.М.Воротилкина
65	Физкультурные праздники в детском саду. Москва «Просвещение» 2000	В.Н.Шебеко Н.Н.Ермак
66	Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет Москва «Просвещение» 1983	Л.И.Пензулаева
67	Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет Москва «Просвещение» 1986	Л.И.Пензулаева
68	Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет Москва «Просвещение» 1988	Л.И. Пензулаева
69	Физическая культура для малышей Москва «Просвещение» 1987	С.Я.Лайзане
70	Физическая культура- дошкольникам. Программа и программные требования Москва «Владос» 2001	Л.Д.Глазырина
71	Физическая культура- дошкольникам. Младший возраст. Москва «Владос» 2001	Л.Д.Глазырина
72	Физическая культура- дошкольникам. Средний возраст. Москва «Владос» 2001	Л.Д.Глазырина
73	Физическая культура- дошкольникам. Старший возраст. Москва «Владос» 2001	Л.Д.Глазырина
74	Физкультура для малышей. Методическое пособие для воспитателей. Санкт-Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2003	Е.А.Синкевич Т.В. Большева
75	Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста Москва «Просвещение» 1983	В.Г.Фролов Г.П.Юрко
76	Физкультура праздники в детском саду. Москва «Айрис-Пресс» 2005	Н.Луконина Л.Чадова
77	Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду Москва «Просвещение» 1984	А.И.Фомина

78	Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке Москва «Просвещение» 1986	В.Г.Фролов
79	Физическая подготовка детей 5-6 лет к занятиям в школе. Москва «Просвещение» 1980	Под ред. А.В. Кенеман М.Ю. Кистяковской Т.И.Осокиной
80	Физкульт-привет. Санкт-Петербург «Детство-Пресс» 2004	Е.Г. Сайкина Ж.Е. Фирилева
81	Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет . Фитбол- гимнастика. Конспекты занятий. Волгоград «Учитель» 2013	Н.М.Соломенникова Т.Н.Машина
82	Формирование осознанного отношения к своему здоровью у детей дошкольного возраста. Волгоград «Перемена» 1998	Е.С.Евдокимова М.В.Лулева И.В.Сухамлинова
83	Формирование здорового образа жизни у дошкольников. Волгоград «Учитель» 2011	Т.Г.Кареева
84	Школьная валеология . Волгоград «Перемена» 1999	Н.Н.Карташев
85	Школа здорового человека. Программа для ДОУ Москва «Творческий центр» 2010	Г.И.Кулик Н.Н. Сергиенко
86	Хоровод круглый год .Инсценировки, песни и танцы. Волгоград «Учитель» 2004	С.Ю.Подшибякина

**ТСО**

**Магнитофон №1**

**Видеопроектор**

**4 раздел**

**Приложения**

**Приложение № 1**

Образовательная деятельность «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» на 2022-2023 учебный год.

	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
I младшая гр.№1		9.35-9.45		9.05-9.15	
II младшая гр.№1		8.05-8.15			8.05-8.15
II младшая гр.№2	8.05-8.15		8.05-8.15		
Средняя гр.№1	9.05-9.20		9.05-9.20		
Средняя гр.№2		9.05-9.20		8.05-8.20	
Старшая гр.№1		15.10-15.45		9.30-9.55	
Старшая гр.№2			9.35-10.00		9.05-9.30
Подготовит.гр.№1	15.10-15.40		15.10-15.40		
Подготовит.гр.№2	9.35-10.00			15.10-15.40	
Подготовит.гр.№3		10.00-10.30			9.45-10.15

**Приложение№2**

ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ  
«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»  
на 2022-2023 учебный год

месяц	Тема недели	Дата проведения	Номер, страница	Примечание	
сентябрь	Мой детский сад		Занятие №1 Стр7		
			Занятие №2 Стр 7		
	Осень.		Занятие №3 Стр 9		
			Занятие № 4 Стр 9		
	Игрушки		Занятие №5 Стр 12		
			Занятие №6 Стр 12		
	Золотая осень		Занятие №7 Стр 15		
			Занятие №8 Стр 15		
октябрь	Домашние и дикие животные		Занятие №9 Стр 19		
			Занятие №10 Стр 20		
	В путешествие все вместе		Занятие № 11 Стр23		
			Занятие №12 Стр24		
	Я- человек.		Занятие №13 Стр26		
			Занятие №14 Стр27		
	Моя любимая игрушка.		Занятие №15 Стр 30		
			Занятие № 16 Стр31		
ноябрь	Приключения героев народных сказок.		Занятие №17 Стр33		
			Занятие №18 Стр34		
	Моя семья.		Занятие № 19 Стр38		
			Занятие № 20 Стр39		
	Я-хороший, ты-хороший.		Занятие № 21 Стр41		
			Занятие № 22 Стр42		
	Музыка вокруг.		Занятие № 23 Стр44		
			Занятие № 24 Стр45		
декабрь	Я и мое тело		Занятие № 25 Стр47		
			Занятие № 26 Стр48		
	Кто где живет?		Занятие № 27 Стр50		
			Занятие № 28 Стр51		
	Зима.		Занятие № 29 Стр53		
			Занятие № 30 Стр54		
	Новый год.		Занятие № 31 Стр56		
			Занятие № 32 Стр57		
январь	Рождественская елочка.		Занятие №33 Стр60		
			Занятие № 34 Стр61		
	Русское народное творчество.		Занятие №35 Стр63		
			Занятие № 36 Стр65		
	Зимние развлечения		Занятие № 37 Стр67		
			Занятие № 38 Стр68		

февраль	Снег кружится		Занятие № 39Стр70	
			Занятие № 40Стр72	
	Вместе веселее.		Занятие №41Стр74	
			Занятие № 42Стр75	
	Неделя безопасности.		Занятие № 43Стр77	
			Занятие № 44Стр78	
Наши папы защитники		Занятие №45 Стр80		
		Занятие №46 Стр81		
март	Мамочка любимая.		Занятие №47 Стр83	
			Занятие №48 Стр84	
	Мы- помощники.		Занятие №49 Стр86	
			Занятие №50 Стр87	
	Сказки из книжки.		Занятие №51 Стр89	
			Занятие №52 Стр90	
Книжкина неделя.		Занятие № 53Стр92		
		Занятие № 54Стр93		
апрель	Растем крепкими, жизнерадостными.		Занятие № 55Стр95	
			Занятие №56 Стр96	
	Весна- красна.		Занятие №57 Стр98	
			Занятие №58 Стр99	
	Что я знаю о себе.		Занятие №59 Стр102	
			Занятие № 60Стр103	
Моя любимая игрушка		Занятие № 61Стр105		
		Занятие № 62Стр106		
май	Мой веселый звонкий мяч.		Занятие № 63Стр108	
			Занятие № 64Стр109	
	Моя любимая игрушка.		Занятие №65 Стр111	
			Занятие № 66Стр113	
	Путешествие.		Занятие № 67Стр114	
			Занятие № 68Стр115	
Здравствуй, лето!		Занятие № 69Стр117		
		Занятие № 70Стр118		

ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ ПО ОСВОЕНИЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» II мл. группа

месяц	Тема недели	Дата проведения	Страница, номер занятия	примечания
сентябрь	Здравствуй, детский сад		Занятие №1 Стр120	
			Занятие №2 Стр120	
	Мой любимый детский сад		Занятие №3 Стр120	
			Занятие №4 Стр120	
	Игрушки		Занятие №5 Стр121	
			Занятие №6 Стр121	
	Золотая осень		Занятие № 7Стр121	
			Занятие №8 Стр121	

октябрь	Музыка и движение		Занятие №9 Стр123	
			Занятие № 10Стр123	
	Музыка и движение		Занятие №11 Стр123	
			Занятие № 12Стр123	
	Я- человек.		Занятие №13 Стр125	
			Занятие №14 Стр125	
Труд взрослых. Профессии.		Занятие №15 Стр125		
		Занятие № 16Стр125		
ноябрь	Приключения героев народных сказок.		Занятие №17 Стр127	
			Занятие №18 Стр127	
	Моя семья.		Занятие №19 Стр127	
			Занятие №20 Стр127	
	Я-хороший. Ты-хороший.		Занятие №21 Стр129	
			Занятие №22 Стр129	
Музыка вокруг.		Занятие № 23Стр129		
		Занятие №24 Стр129		
декабрь	Моя любимая физкультура		Занятие № 25Стр131	
			Занятие №26 Стр131	
	Я и мое тело.		Занятие №27 Стр131	
			Занятие № 28Стр131	
	Зима.		Занятие №29 Стр133	
			Занятие №30 Стр133	
Новый год.		Занятие №31 Стр133		
		Занятие №32 Стр133		
январь	Рождественская елочка.		Занятие № 33Стр135	
			Занятие №34 Стр135	
	Русское народное творчество.		Занятие № 35Стр135	
			Занятие №36 Стр135	
	Зимние развлечения.		Занятие № 37Стр137	
			Занятие №38 Стр137	
Дикие животные зимой.		Занятие №39Стр137		
		Занятие №40 Стр137		
февраль	Зимняя песенка.		Занятие №41 Стр139	
			Занятие № 42Стр139	
	Я в обществе. (эмоции)		Занятие №43 Стр139	
			Занятие № 44Стр139	
	Неделя безопасности.		Занятие №45 Стр140	
			Занятие №46 Стр140	
Наши папы- защитники		Занятие №47 Стр140		
		Занятие №48 Стр140		
март	О любимых мамах.		Занятие №49 Стр142	
			Занятие №50 Стр142	

	Мы- помощники.		Занятие №51 Стр142	
			Занятие № 52Стр142	
	Моя малая Родина.		Занятие №53 Стр143	
			Занятие № 54Стр143	
	Книжкина неделя.		Занятие № 55Стр143	
			Занятие №56 Стр143	
апрель	Растем крепкими и жизнерадостными.		Занятие № 57Стр145	
			Занятие № 58Стр145	
	Весна- красна.		Занятие № 59Стр145	
			Занятие №60 Стр145	
	Что я знаю о себе.		Занятие №61 Стр147	
			Занятие №62 Стр147	
Добрые волшебники.		Занятие №63 Стр147		
		Занятие №64 Стр147		
май	На улицах родного села.		Занятие №65 Стр149	
			Занятие №66 Стр149	
	Мальчики и девочки.		Занятие № 67Стр149	
			Занятие № 68Стр149	
	Дождик, дождик, кап-кап		Занятие №69 Стр151	
			Занятие № 70Стр151	
Здравствуй, лето!		Занятие № 71Стр151		

ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ ПО ОСВОЕНИЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» Средняя группа

месяц	Тема, дата занятия		примечания
сентябрь	Диагностика.		Занятие №1 Стр6
			Занятие №2 Стр6
	Диагностика.		Занятие №3 Стр6
			Занятие № 4Стр6
	Мой любимый детский сад.		Занятие №5 Стр8
			Занятие № 6Стр8
Моя любимая игрушка.		Занятие № 7Стр8	
		Занятие №8 Стр8	
октябрь	Секреты здоровья.		Занятие № 9Стр10
			Занятие № 10Стр10
	Загадки о здоровье.(гигиена, спорт, режим)		Занятие №11 Стр10
			Занятие №12 Стр10
	Хочу здоровым быть!		Занятие №13 Стр12
			Занятие №14 Стр12
Музыка и движение		Занятие №15 Стр12	
		Занятие № 16Стр12	
ноябрь	Что я знаю о себе		Занятие №17 Стр14
			Занятие №18 Стр14

	Я и мое тело.		Занятие № 19Стр14	
			Занятие № 20Стр14	
	Безопасность на дороге.		Занятие №21 Стр16	
			Занятие № 22Стр16	
	Наши добрые дела.		Занятие №23 Стр16	
			Занятие №24 Стр16	
декабрь	Моя любимая физкультура		Занятие № 25Стр18	
			Занятие № 26Стр18	
	Зима.зимние виды спорта.		Занятие №27 Стр18	
			Занятие № 28Стр18	
	Новый год.		Занятие №29 Стр21	
			Занятие №30 Стр21	
	Зимние забавы.		Занятие №31 Стр21	
			Занятие № 32Стр21	
январь	Рождественская елочка.		Занятие №33 Стр24	
			Занятие № 34Стр24	
	Безопасность в природе и дома.		Занятие №35 Стр24	
			Занятие №36 Стр24	
	А мы саночки возьмем и на улицу пойдем!		Занятие № 37Стр26	
			Занятие № 38Стр26	
	Народное творчество.		Занятие №39 Стр26	
			Занятие № 40Стр26	
февраль	Здоровье.		Занятие №41 Стр28	
			Занятие №42 Стр28	
	Наша Родина, наше село.		Занятие № 43Стр28	
			Занятие №44 Стр28	
	Основы безопасности жизни.		Занятие № 45Стр30	
			Занятие № 46Стр30	
	День защитника Отечества.		Занятие №47 Стр30	
			Занятие № 48Стр30	
март	Мамин день		Занятие № 49Стр33	
			Занятие №50 Стр33	
	Весна. Пробуждение.		Занятие № 51Стр33	
			Занятие №52 Стр33	
	Вместе веселее. (о дружбе)		Занятие № 53Стр35	
			Занятие № 54Стр35	
	Летние виды спорта.		Занятие № 55Стр35	
			Занятие № 56Стр35	
апрель	По страницам сказок.		Занятие № 57Стр37	
	Народные игры.		Занятие № 58Стр37	
	День космонавтики.		Занятие № 59Стр37	
			Занятие №60 Стр37	

	Что я знаю о себе. ( программа «Познаю себя»)		Занятие № 61 Стр40	
			Занятие №62 Стр40	
	Природный и рукотворный мир.		Занятие № 63 Стр40	
			Занятие №64 Стр40	
май	Солнце, воздух и вода-наши лучшие друзья.		Занятие №65 Стр42	
			Занятие №66 Стр42	
	Мама, папа, я-спортивная семья!		Занятие №67 Стр42	
			Занятие №68 Стр42	
	Здравствуй, Лето.		Занятие №69 Стр44	
			Занятие № 70 Стр44	
	Безопасность на природе летом.		Занятие №71 Стр44	
			Занятие №72 Стр44	

ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ ПО ОСВОЕНИЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» Старшая группа

месяц	Тема, дата проведения		примечания
сентябрь	Диагностика.		Занятие №1 Стр56
			Занятие № 2 Стр56
	Диагностика.		Занятие №3 Стр56
			Занятие № 4 Стр56
	Мой любимый детский сад.		Занятие №5 Стр58
			Занятие № 6 Стр58
Моя любимая игрушка.		Занятие № 7 Стр58	
		Занятие № 8 Стр58	
октябрь	Секреты здоровья.		Занятие № 9 Стр60
			Занятие №10 Стр60
	Загадки о здоровье.(гигиена, спорт, режим)		Занятие №11 Стр60
			Занятие №12 Стр60
	Хочу здоровым быть!		Занятие №13 Стр62
			Занятие №14 Стр62
Музыка и движение		Занятие №15 Стр62	
		Занятие № 16 Стр62	
ноябрь	Что я знаю о себе		Занятие №17 Стр64
			Занятие №18 Стр64
	Я и мое тело.		Занятие №19 Стр64
			Занятие №20 Стр64
	Безопасность на дороге.		Занятие №21 Стр67
			Занятие №22 Стр67
Наши добрые дела.		Занятие №23 Стр67	
		Занятие №24 Стр67	
декабрь	Моя любимая		Занятие №25 Стр69

	физкультура		Занятие №26 Стр69	
	Зима.зимние виды спорта.		Занятие №27 Стр69	
			Занятие №28 Стр69	
	Новый год.		Занятие №29 Стр71	
			Занятие №30 Стр71	
	Зимние забавы.		Занятие № 31Стр71	
			Занятие №32 Стр71	
январь	Рождественская елочка.		Занятие № 33Стр73	
			Занятие №34 Стр73	
	Безопасность в природе и дома.		Занятие №35 Стр73	
			Занятие № 36Стр73	
	А мы саночки возьмем и на улицу пойдем!		Занятие № 37Стр75	
			Занятие № 38Стр75	
Народное творчество.		Занятие №39 Стр75		
		Занятие № 40Стр75		
февраль	Здоровье.		Занятие №41 Стр77	
			Занятие №42 Стр77	
	Наша Родина, наше село.		Занятие №43 Стр77	
			Занятие №44 Стр77	
	Основы безопасности жизни.		Занятие № 45Стр79	
			Занятие №46 Стр79	
День защитника Отечества.		Занятие № 47Стр79		
		Занятие № 48Стр79		
март	Мамин день		Занятие №49 Стр81	
			Занятие №50 Стр81	
	Весна. Пробуждение.		Занятие № 51Стр81	
			Занятие №52 Стр81	
	Вместе веселее. (о дружбе)		Занятие №53 Стр83	
			Занятие № 54Стр83	
Летние виды спорта.		Занятие № 55Стр83		
		Занятие №56 Стр83		
апрель	По страницам сказок.		Занятие №57 Стр85	
			Занятие №58 Стр85	
	Народные игры.		Занятие №59 Стр85	
			Занятие № 60Стр85	
	День космонавтики.		Занятие №61 Стр87	
			Занятие №62 Стр87	
Что я знаю о себе. ( программа «Познаю себя»)		Занятие № 63Стр87		
		Занятие №64 Стр87		
май	Солнце, воздух и вода-наши лучшие друзья.		Занятие № 65Стр89	
			Занятие №66 Стр89	
	Мама, папа, я-спортивная семья!		Занятие № 67Стр89	
			Занятие № 68Стр89	

	Здравствуй, Лето.		Занятие №69 Стр92	
			Занятие №70 Стр92	
	Безопасность на природе летом.		Занятие №71 Стр92	
			Занятие №72 Стр92	

ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ ПО ОСВОЕНИЮ БРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»  
Подготовительная группа

месяц	Тема, дата проведения			примечания
сентябрь	Диагностика.		Занятие № 1 Стр105	
			Занятие №2 Стр105	
	Диагностика.		Занятие №3 Стр105	
			Занятие № 4 Стр105	
	Мой любимый детский сад.		Занятие №5 Стр107	
			Занятие № 6 Стр107	
	Моя любимая игрушка.		Занятие № 7 Стр107	
			Занятие №8 Стр107	
октябрь	Секреты здоровья.		Занятие № 9 Стр110	
			Занятие №10 Стр110	
	Загадки о здоровье (гигиена, спорт, режим)		Занятие №11 Стр110	
			Занятие №12 Стр110	
	Хочу здоровым быть!		Занятие №13 Стр113	
			Занятие №14 Стр113	
	Музыка и движение		Занятие №15 Стр113	
			Занятие № 16 Стр113	
ноябрь	Что я знаю о себе		Занятие №17 Стр115	
			Занятие №18 Стр115	
	Я и мое тело.		Занятие №19 Стр115	
			Занятие № 20 Стр115	
	Безопасность на дороге.		Занятие №21 Стр118	
			Занятие № 22 Стр118	
	Наши добрые дела.		Занятие № 23 Стр118	
			Занятие №24 Стр118	
декабрь	Моя любимая физкультура		Занятие №25 Стр121	
			Занятие №26 Стр121	
	Зима. зимние виды спорта.		Занятие №27 Стр121	
			Занятие № 28 Стр121	
	Новый год.		Занятие № 29 Стр124	
			Занятие № 30 Стр124	
	Зимние забавы.		Занятие №31 Стр124	
			Занятие № 32 Стр124	
январь	Рождественская елочка.		Занятие №33 Стр127	
			Занятие №34 Стр127	
	Безопасность в природе и дома.		Занятие №35 Стр127	
			Занятие №36 Стр127	

	А мы саночки возьмем и на улицу пойдем!		Занятие № 37Стр130	
			Занятие № 38Стр130	
	Народное творчество.		Занятие № 39Стр130	
			Занятие №40 Стр130	
февраль	Здоровье.		Занятие № 41Стр133	
			Занятие №42 Стр133	
	Наша Родина, наше село.		Занятие № 43Стр133	
			Занятие № 44Стр133	
	Основы безопасности жизни.		Занятие № 45Стр136	
			Занятие №46 Стр136	
	День защитника Отечества.		Занятие № 47Стр136	
			Занятие №48 Стр136	
март	Мамин день		Занятие № 49Стр138	
			Занятие № 50Стр138	
	Весна. Пробуждение.		Занятие № 51Стр138	
			Занятие №52 Стр138	
	Вместе веселее. (о дружбе)		Занятие №53 Стр141	
			Занятие № 54Стр141	
	Летние виды спорта.		Занятие № 55Стр141	
			Занятие № 56Стр141	
апрель	По страницам сказок. Народные игры.		Занятие №57 Стр144	
			Занятие № 58Стр144	
	День космонавтики.		Занятие № 59Стр144	
			Занятие № 60Стр144	
	Что я знаю о себе. ( программа «Познаю себя»)		Занятие № 61Стр147	
			Занятие № 62Стр147	
	Природный и рукотворный мир.		Занятие № 63Стр147	
			Занятие №64 Стр147	
май	Солнце, воздух и вода- наши лучшие друзья.		Занятие № 65Стр150	
			Занятие № 66Стр150	
	Мама, папа, я- спортивная семья!		Занятие №67 Стр150	
			Занятие № 68Стр150	
	Здравствуй, Лето.		Занятие № 69Стр153	
			Занятие №70 Стр153	
	Безопасность на природе летом.		Занятие № 71Стр153	
			Занятие № 72Стр153	

Название мероприятия	Сроки проведения	Примечания
Забег «Кросс Нации»	Сентябрь, по плану отдела «Образование»	Старшие, подготовительные группы
Спортивные соревнования, посвященные 100-летию Старополтавского района	10.09.2022	Подготовительные группы
Спортивные соревнования, посвященные дню единства «Вместе мы сила!»	ноябрь	Подготовительная группа №3, старшая группа №2
Конкурс детских рисунков «Спорт глазами ребенка»	03.10.2022-17.10.2022	Все возрастные группы
Природоохраняемая акция «Покорми птиц зимой»	декабрь-февраль	Средние, старшие, подготовительные группы
Зимний спортивный праздник «Веселые старты на приз Деда Мороза»	20.01.2023	Старшие, подготовительные группы
Открытые мероприятия в рамках недели Здоровья: общая утренняя гимнастика, спортивное развлечение, динамический час.	03.04.2023-07.04.2023	Все возрастные группы
Забег «Победный марафон», посвященный дню Победы	03.05.2023	Старшие группы
Спортивное развлечение «Скоро, скоро лето!» (знакомство с правилами безопасного поведения)	май	Средние, старшие, подготовительные группы

Приложение №3

**Перспективный план взаимодействия с родителями на 2022-2023 учебный год.**

(темы и количество консультаций могут меняться в зависимости от заявок родителей, педагогов и др.)

Взаимодействие с семьей			
1	День открытых дверей, в рамках «Недели Здоровья»;  День открытых дверей «Вот и стали мы на год взрослее»( подведение итогов)	Октябрь,  Апрель	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями
2	Участие в родительских собраниях по вопросу информирования родителей о физическом развитии и физической подготовленности детей	в течение года	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями
3	Групповое и индивидуальное консультирование по запросу родителей ( <b>приложение №1</b> )	в течение года	Все возрастные группы
	Мастер-класс для родителей «Здоровьесберегающие технологии в детском саду и дома»	декабрь	Младшие группы
	Консультация «Здоровьесберегающие технологии в детском саду и дома»	декабрь	Средние группы, старшие группы, подготовительные группы
4	Консультация «Безопасность на дорогах в зимнее время»	январь	Подготовительные группы
	Привлечение родителей к участию в конкурсе фотографий «Традиции моей семьи: здоровый образ жизни»	Апрель	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями
Оснащение физкультурно-оздоровительной среды			
1.	Подбор консультативного материала в уголки для родителей.	в течение года	все возрастные группы; подбор тематики осуществлять совместно с воспитателями групп
2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разработка годового плана работы;</li> <li>• Корректировка перспективных и календарных планов</li> <li>• Разработка индивидуального маршрута</li> </ul>	август	тематическое планирование осуществлять совместно с воспитателями групп
3.	Оформление фотовитрины по изучению опыта семейного воспитания	март – апрель	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями
4.	Подготовка к летнему оздоровительному сезону: корректировка календарных планов; подготовка спортивной площадки и зон двигательной активности детей (обновить разметку на асфальте); подготовка выносного оборудования.	май	совместно с воспитателями
5.	Подготовка и изготовление пособий к физкультурным развлечениям	в течении учебного года	совместно с воспитателями

**Перспективное планирование работы с воспитателями в целях реализации РП.**

(темы и количество консультаций могут меняться в зависимости от заявок родителей, педагогов и др.)

Взаимодействие с педагогами		
<p>Консультации</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Двигательно-оздоровительные моменты в перерывах между занятиями»,</li> <li>• Информационная ширма: на тему «Возрождение ГТО» (ноябрь)</li> <li>• Интернет консультация: «Охрана жизни и здоровья детей» (размещение на сайте)</li> <li>• Информационная ширма: «Дыхательная гимнастика»</li> </ul> <p>«Роль расслабляющих упражнений в системе релаксации с детьми ЗПР и ОНР» совместно с логопедом МКДОУ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Физкультурный уголок в группе: новые подходы к организации»</li> <li>• Оформление информационного стенда Тема: «Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата. Осанка вашего ребёнка»</li> <li>• «Неделя здоровья как форма работы по пропаганде ЗОЖ» (март)</li> </ul> <p>«Организация физкультурно-оздоровительной работы в летний период»</p>	<p>в течение года</p>	<p>совместно с, логопедом, музыкальным руководителем,</p>
<p>Открытые просмотры занятий в рамках подготовки к педагогическому совету отчет по теме самообразования, по кружковой работе</p>	<p>в течение учебного года</p> <p>май</p>	<p>воспитатели групп дошкольного возраста</p>
<p>Открытые мероприятия в рамках проведения недели педагогического мастерства ( мастер-класс, семинар, открытое занятие)</p>		
<p>Планирование работы на 2023-2024 учебный год</p>	<p>июль - август</p>	<p>воспитатели групп, старший воспитатель</p>