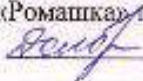


Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад  
комбинированного вида №4 «Ромашка» г. Светлоград

Рассмотрено  
На педагогическом  
Совете МКДОУ ДС  
№4 «Ромашка»  
г. Светлоград  
Протокол № 1 от 25.09.2022г.

Согласовано:  
Зам.заведующего по УВР  
МКДОУ ДС №4  
«Ромашка» г. Светлоград



Утверждено:  
«*и.о.*» Заведующим  
МКДОУ ДС №4  
«Ромашка» г. Светлоград  
Приказ № 4 от 27.09.2022г.



**Рабочая программа**  
**Образовательная область «Физическое развитие»**  
**(Физкультурное)**  
на 2022-2023 учебный год

Составлена на основе: примерной основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой (2015г.)

**Составитель:**

Инструктор по ФИЗО МКДОУ ДС №4 «Ромашка» г.Светлоград –  
Веселова И.В.

г. Светлоград 2022г.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>1. Целевой раздел Программы</b>	3
1.1 Пояснительная записка	3
1.2. Цели и задачи реализации Программы	4
1.3. Принципы и подходы к формированию Программы	5
1.4. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста	6
1.5. Психолого-педагогические условия реализации Программы:	12
Использование парциальных программ	13
Использование инновационных образовательных технологий	14
1.6. Планируемые результаты освоения Программы	15
1.7. Система мониторинга планируемых результатов освоения Программы	19
<b>2. Содержательный раздел Программы</b>	
2.1. Особенности образовательной деятельности с детьми от 2 до 7 лет	21
2.2. Способы поддержки детской инициативы в освоении образовательной области «Физическое развитие»	25
2.3. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с другими специалистами детского сада	26
2.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.	27
<b>3. Организационный раздел Программы</b>	
3.1. Содержание предметно – пространственной развивающей среды	27
3.2. Методическое обеспечение	28
<b>4. Приложения</b>	
4.1 Педагогическая диагностика	
4.2 Перспективное планирование по возрастным группам	
4.3 План работы с педагогами	
4.4 План работы с родителями	

## **I. Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Основанием для разработки Рабочей программы служит информация о социальном заказе родителей на физическое развитие детей в соответствии с Федеральными Государственными Образовательными Стандартами, основной образовательной Программы дошкольного образования.

Рабочая образовательная программа разрабатывалась на основе примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. В соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013г. № 1014 « Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»
- Указ Президента РФ от 01.06.2012 г. №761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012–2017 годы»
- СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»
- Санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4. 3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»
- Устав ДОУ
- Образовательная программа ДОУ.

Данная программа описывает педагогическую работу по образовательной области «Физическое развитие» для детей дошкольного возраста (2 – 7 лет). В программе представлена модель занятий, разработанная на основе данных о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей дошкольного возраста. Структурной моделью такой системы являются тематические блоки. Годовой план-график представлен тематическими блоками, включающими основные разделы программы физического воспитания с распределением программного материала физкультурного занятия на учебный год.

Новизна данной рабочей программы состоит в следующем: использование разных видов занятий, направленных на развитие физических качеств и способностей дошкольников.

Общеизвестно, что основы здоровья человека закладываются в детстве, поэтому сущность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ состоит в том, чтобы для каждого ребёнка дошкольного возраста выбрать подходящую форму двигательной активности. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности - в этом заключается основная направленность программы. Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка, его полноценное физическое развитие являются неотъемлемой частью работы нашего дошкольного учреждения.

Программа разработана с учетом приоритета детского сада по «Физкультурно-оздоровительному направлению», на основе источников, приведенных в списке литературы.

#### **Концепция программы:**

- систематичность, доступность, последовательность (от простого к сложному);
- учет психофизиологических и возрастных особенностей;
- индивидуализация;
- наглядность;
- активность;
- результативность.

#### **1.2. Цели реализации Программы:**

- Создание условий для развития физической культуры дошкольников, формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, потребности в здоровом образе жизни.

#### **Задачи реализации Программы**

##### **Образовательные:**

- накопление и обогащение двигательного опыта детей, овладение основными видами движениями
- формирование навыков правильной ходьбы, бега, прыжков, лазания, метания, равновесия

##### **Развивающие:**

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

##### **Воспитательные:**

- воспитание здорового, жизнерадостного, жизнестойкого, физически совершенного, гармонически и творчески развитого ребенка
- формирование ценностей здорового образа жизни.

#### **1.3. Принципы и подходы к формированию Программы.**

Программа:

- направлена на охрану и укрепление здоровья воспитанников, их всестороннее развитие;
- обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста;
- строится на адекватных возрасту видах деятельности и формах работы с детьми, основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
- предусматривает внедрение адекватной возрастным возможностям учебной модели при осуществлении образовательного процесса с детьми в качестве средства подготовки воспитанников к обучению выполнения основных видов движения;
- учитывает гендерную специфику развития детей дошкольного возраста;
- направлена на взаимодействие с семьей в целях осуществления полноценного развития ребенка.

Кроме принципов, выделяются методы физического развития и воспитания. Различаются три группы методов:

#### **Наглядные:**

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

#### **Словесные:**

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

Наряду с методами значительное внимание отводится средствам физического воспитания. К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

- гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем;
- естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности,

повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания;

- физические упражнения, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также форм организации физкультурно – оздоровительной работы с детьми.

Таковыми организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
- физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье (совместные проекты, практикумы)

**Формы проведения ОД по физической культуре:**

- традиционные,
- тренировочные,
- контрольно-проверочные,
- игровые,
- тематические,
- сюжетные
- интегрированные

**Тематические блоки:**

1. Легкая атлетика (бег, метание, прыжки)
2. Гимнастика (группировки, перекаты, упражнения на равновесие)
3. Спортивные игры (футбол, баскетбол, хоккей)

Программный материал предусматривает два занятия в неделю в каждой возрастной группе в спортивном зале и одно занятие на улице в игровой форме, как закрепление.

## **1.4. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста**

### **Первая младшая группа**

**(от 2 до 3 лет)**

Третий год жизни - важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребенок еще не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Все это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию, используя различные формы двигательной деятельности.

В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование. Игра носит процессуальный характер, главное в ней - действия, которые совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности.

На третьем году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из 2–3 предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь. Основной формой мышления является наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами.

К концу третьего года жизни у детей появляются зачатки наглядно-образного мышления. Ребенок в ходе предметно-игровой деятельности ставит перед собой цель, намечает план действия и т. п. Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников.

У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом трех лет. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ «Я». Основной задачей обучения является формирование умения действовать совместно - на основе подражания воспитателю или в соответствии с его указаниями. В этой группе проводятся два занятия в неделю: в холодный сезон - в зале, летом - на площадке. В первой половине учебного года детей делят на две подгруппы с учетом состояния их здоровья и уровня сформированности двигательных навыков. Продолжительность занятий с одной подгруппой - до 15 минут. Во второй половине года в занятии участвуют все дети одновременно.

Задачи инструктора по физической культуре по воспитанию и развитию детей:

1. Вызывать желание участвовать в подвижных играх и игровых упражнениях;
2. Учить детей выполнять движения вместе с инструктором на основе подражания;
3. Приучать детей в движении реагировать на сигнал.
4. Освоение основных движений:
  - ходьба и бег в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга;
  - упражнения в равновесии;
  - бег в медленном и быстром темпе;
  - подскоки на месте и с передвижением;
  - катание мяча друг другу, перебрасывание мяча через предметы;
  - ползание на четвереньках.
5. Обучать построению и перестроению.

## **Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)**

На четвертом году жизни дети становятся самостоятельнее. Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно-деловое общение ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление.

Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами.

В ходе совместной со взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять простые словесные просьбы. Количество понимаемых слов значительно возрастает. Интенсивно развивается активная речь детей.

Игра носит процессуальный характер, главное в ней — действия, которые совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет.

Основной формой мышления становится наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами.

Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Кризис раннего возраста часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения со взрослым. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

Задачи инструктора по физической культуре по воспитанию и развитию детей:

1. Вызывать эмоциональный отклик и желание участвовать в подвижных играх и игровых упражнениях;
2. Учить детей активно выполнять движения вместе с инструктором;
3. Приучать детей в движении реагировать на сигнал.
4. Освоение основных движений:
  - ходьба и бег в разных направлениях;
  - упражнения в равновесии;
  - бег в медленном и быстром темпах;
  - подскоки на месте и с передвижением;
  - катание мяча друг другу, перебрасывание мяча через предметы;
  - ползание на четвереньках.
5. Обучение построению и перестроению;

### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.



Значительное развитие получает изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным и детализированным.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

Начинает развиваться образное мышление. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи. На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут.

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей.

Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры.

Появляются конкурентность, соревновательность.

Задачи инструктора по физической культуре по воспитанию и развитию детей:

1. Создание условий для разнообразной двигательной активности детей; организация свободного места для игр и упражнений; рациональный подбор физкультурного оборудования;
2. Обогащение детей элементарными знаниями о многообразии физических и спортивных упражнений;
3. Обучение технике основных видов движений, добиваясь их правильного выполнения в соответствии с образцом;
4. Разучивание разных способов выполнения движений, совершенствуя координационные возможности детей;
5. Знакомство с правилами разных подвижных игр и развитие у детей умений четко выполнять их, проявляя находчивость, выдержку, ловкость и самостоятельность;
6. Закрепление навыков самостоятельного построения и перестроения в колонну, в круг, в шеренгу, парами;
7. Формирование у детей двигательных качеств и способностей (быстроты движений, ловкости, координации, гибкости, выносливости) и пространственной ориентировки в различных условиях;
8. Формирование, сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; воспитание культурно-гигиенических навыков; формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

**Старшая группа**

### (от 5 до 6 лет)

На шестом году жизни ребенок осознает себя как личность, как самостоятельный субъект деятельности и поведения. Успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными. Это позволяет повысить требования к их выполнению, больше внимания уделять развитию физических и морально-волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам; быть заботливыми и внимательными друг к другу).

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные субординацией ролевого поведения.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации. Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение, мышление, воображение, внимание, речь, образ Я.

Задачи инструктора по физической культуре по воспитанию и развитию детей:

1. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации).
2. Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).
3. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.
4. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
5. Воспитание культурно-гигиенических навыков.
6. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

## **Подготовительная к школе группа (6-8 лет)**

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ребенка, болезнь, трудоустройство и т.д.

Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию.

Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени еще ограничиваются наглядными признаками ситуации.

Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов.

Движения ребенка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий, для них важен результат. Вся работа по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовать так, чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным.

В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст.

Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника. К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

Задачи инструктора по физической культуре по воспитанию и развитию детей:

1. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации).
2. Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).
3. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности, физическом совершенствовании.
4. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

## 1.5. Психолого-педагогические условия реализации программы

### Компонент ДОО реализуется через:

- специально созданную развивающую среду – нетрадиционное оборудование;
- разные формы организации физкультурных занятий, в том числе и совместных с родителями;
- организацию совместной и индивидуальной деятельности, во второй половине дня «Игровой час», развлечения;
- различное содержание (игры, психогимнастика, элементы самомассажа) во всех видах физкультурно-оздоровительной деятельности;
- проведение спортивных мероприятий, проектов в соответствии с тематическо-перспективным планированием ДОО;
- участие старших дошкольников в городских соревнованиях.

### Учебно-методическое обеспечение:

- Наглядный материал (плакаты, карты-пиктограммы, различные иллюстрации и картинки);
- Дидактический материал «Виды спорта»;
- Подборка различных видов оздоровительных гимнастик;
- Подборка стихов, потешек, загадок;
- Подборка музыкальных произведений;
- Технические средства обучения.
- Перспективные планы.
- Конспекты занятий.

## Использование парциальных программ

<b>Название программы, автор</b>	<b>Направленность</b>
«Остров здоровья» Е.Ю. Александрова	Программа направлена на обеспечение укрепления здоровья детей, применение эффективных методов закаливания в условиях детского сада и семьи, разработку психогигиенических требований в условиях детского сада.
«Са-фи-дансе» Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина	Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию. Содействует всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.

<p>«Фитнес-данс» Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина</p>	<p>В программе представлена новая, нестандартная методика, включающая образные танцевальные упражнения, укрепляющие осанку, для профилактики плоскостопия, для суставной, дыхательной гимнастики, для глаз, пальчиковой гимнастики, а также для растягивания и расслабления мышц и связок, для самомассажа.</p>
<p>«Старт» Л.В. Яковлева Р.А. Юдина</p>	<p>Направлена на всестороннее развитие личности в процессе индивидуального физического воспитания ребенка на основе его психофизических особенностей и природных двигательных задатков. Творческая двигательная программа с элементами спортивной и художественной гимнастики, акробатики.</p> <p>Цель программы – совершенствование двигательной деятельности детей на основе формирования потребности в движениях.</p> <p>Основная задача – научить каждого ребенка самостоятельно оздоравливаться, закаливать себя, используя выработанную двигательную потребность и любимые физические упражнения, виды спорта.</p>
<p>«Физическая культура-дошкольникам» Л.Д. Глазырина</p>	<p>Особенность программы в предлагаемых практических рекомендациях по организации различных форм проведения физкультурных занятий. Характеризуется наличием нестандартной методики, выражающей идею гармоничного развития ребенка.</p>
<p>«Сказочный театр физической культуры» Н.А.Фомина Г.А. Зайцева</p>	<p>В программе представлен материал по организации и проведению физкультурных занятий в форме сюжетно-ролевых музыкально-ритмических игр.</p>
<p>«Наша традиция – быть здоровыми!» А.А. Дмитриев И.Ю. Жуковин Т.Г. Каропова</p>	<p>Основная цель – создание устойчивой положительной мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья; формирования психологического здоровья дошкольника как важного фактора здоровья человека в целом; профилактика психосоматических заболеваний.</p>

### Использование инновационных образовательных технологий

<p><b>Педагогические Технологии</b></p>	<p><b>Содержание работы и решаемые задачи</b></p>
---	---

Развивающие педагогические технологии	Раскрытие двигательных возможностей и способностей каждого ребёнка, побуждение детей к самостоятельной двигательной деятельности, связанной с их потребностями через организацию различных форм физкультурно-оздоровительных мероприятий
Игровые технологии	Использование прочно сформированных навыков позволяет осмысливать задачи, возникающие в непредвиденных ситуациях в процессе двигательной, особенно игровой, деятельности. В работе с детьми последовательно включаю: игры и упражнения, формирующие умение выделять основные, характерные признаки предметов, сравнивать их; в играх, умение владеть собой, быстроту реакции на слово, фонематический слух, смекалку. В процессе занятий, наблюдая за животными, путешествуя с героями сказок, подражая олимпийским чемпионам, приобретают привычку к здоровому образу жизни и овладевают основными когнитивными умениями: предсказывать последствия действия или события; проверять результаты собственных действий; управлять своей деятельностью; проверять реальность.
Здоровьесберегающие технологии	Направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие его физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактику плоскостопия и формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.
Технологии социально – личностного развития и благополучия	Использование данных технологий в образовательном процессе помогает обеспечить эмоциональную комфортность и позитивное психологическое самочувствие ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, а также и социально - эмоциональное благополучие в окружающем мире.

Арт – технологии	Включают использование методов, приёмов и средств различных видов искусств.
Технологии проблемного обучения	По средствам предлагаемой проблемы (сюжет, ситуация), по ходу которой дети решают проблемные задачи. Ребенок усваивает разнообразные действия, направленные на изучение решения проблем.
ИКТ – технологии	Использование компьютерных презентаций образовательных порталов, а также свои разработки при организации образовательной деятельности с детьми средствами ТСО. Активное использование Интернет-ресурсов. Данные технологии способствуют развитию у детей коммуникативных способностей, формируют исследовательские умения, а также умения принимать оптимальные решения в сложившейся ситуации.

Реализация программы включает интеграцию образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие».

Принцип интеграции образовательных областей выступает как основополагающий принцип работы ДОУ.

**Пути интеграции:**

- Интеграция по темам.
- Интеграция по задачам и содержанию психолого-педагогической работы.
- Интеграция по средствам организации образовательного процесса.

**1.6. Планируемые результаты освоения детьми Программы**

**Целевые ориентиры в раннем возрасте**

- У ребёнка развита крупная и мелкая моторика, он стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание). С интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.

**Первая младшая группа**

**(от 2 до 3 лет)**

К концу года дети могут:

- Ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга.
- Прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперёд.
- Брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч.

- Ползать, подлезать под натянутую верёвку, перелезть через бревно, лежащее на полу.
- Сохранять устойчивое положение тела в ходьбе по ограниченной площади опоры, с перешагиванием через предметы.
- Проявлять активность в разных формах двигательной деятельности: в выполнении физически упражнений, в подвижных играх.
- Называть части тела человека (глаза, уши, нос, руки).

### **Вторая младшая группа**

#### **(от 3 до 4 лет)**

К концу года дети могут:

- Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное инструктором направление; выполнять задание инструктора: остановиться, присесть, повернуться.
- Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указанием инструктора.
- Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.
- Ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см.
- Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1.5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстоянии не менее 5 м.
- Уметь выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии.
- Иметь представление о значении органов тела человека (глаза, нос, руки).

#### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

К концу года дети могут:

- Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений.
- Лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками.
- Принимать правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 70 см.
- Ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м; принимать правильное исходное положение при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю (пол) не менее пяти раз подряд
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
- Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м).
- Кататься на двухколесном велосипеде, выполнять повороты направо, налево.
- Ориентироваться в пространстве, находить левую и правую сторону.



- Придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения.
- Выполнять имитационные упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.
- Имеет четкие представления о технике основных движений, элементарных спортивных упражнениях.
- Знает правила поведения на утренней гимнастике, подвижных играх; правила страховки, самостраховки при выполнении физических упражнений.

### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

К концу года дети могут:

- Уметь ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
- Прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см); в высоту с разбега (не менее 40 см); прыгать через короткую и длинную скакалку.
- Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м), владеть школой мяча.
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
- Знать исходные положения, последовательность выполнения общеразвивающих упражнений, понимать их оздоровительное значение.
- Скользить по ледяным дорожкам, выполняя задание.
- Кататься на самокате.
- Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.
- Самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, придумывать с помощью воспитателя игры на заданные сюжеты.
- Продолжать развивать творчество в двигательной деятельности, формировать умение варьировать упражнения и игры, придумывать и выполнять имитационные и не имитационные упражнения, демонстрируя красоту, грациозность, выразительность, пластичность движений.

### **Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:**

- У ребёнка развита крупная и мелкая моторика, он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

### **Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)**

К концу года дети могут:

- Уметь самостоятельно и качественно выполнять физкультурные упражнения.
- Иметь привычку самостоятельно заниматься физкультурными упражнениями,

соответствующими их интересам.

- Быстро готовится к разным организованным видам деятельности.
- Оказывать помощь товарищам, взрослым.
- Ухаживать за спортивным инвентарем.
- Постоянно проявляет самоконтроль и самооценку.
- Проявлять элементы двигательного творчества.
- Проявлять избирательный интерес к движениям, в частности к спортивным играм, в зависимости от своих склонностей и возможностей.
- Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Выполнять движения на равновесие.
- Перебрасывать набивные мячи (1 кг), бросать предметы в цель из разных положений.
- Попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-5м, метать предметы левой и правой рукой на расстояние 5-12м, метать предметы в движущуюся цель.
- Лазать по гимнастической стенке с изменением темпа.
- Прыгать в обозначенное место с высоты 30см., прыгать в длину с места на расстояние до 1м., с разбега – 100см-180см, в высоту с разбега - 40-50см, прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Перестраивается в колонну по 2,3, на ходу.
- Знать исходные положения, последовательность выполнения общеразвивающих упражнений.
- Катается на двухколесном велосипеде и самокате.
- Активно участвовать в играх с элементами спорта.
- Развиты основные физические качества и потребность в двигательной активности.
- Сформированы начальные представления о здоровом образе жизни.
- Эмоционально относится к предложенному заданию.
- Увлеченно занимается физической культурой в самостоятельной и совместной деятельности не только в физкультурном зале, но и в группе, и на прогулке.

## **1.7. Система мониторинга планируемых результатов освоения Программы**

### **Мониторинг образовательной деятельности**

Мониторинг используется для выявления уровня

- развития интегративных качеств,
  - усвоения детьми образовательной программы по образовательной области «Физическое развитие»:
- уровни физического развития (основных движений),
  - уровень сформированности начальных представлений о здоровом образе жизни.

**Методы:** наблюдение, критериальные диагностические методики, тестовой метод.

**Мониторинг** проводится 3 раза в год:

в сентябре (1-2 недели),

в январе (2-3 недели)

в апреле (3-4 недели).

**Уровни усвоения программы:**

3балла (высокий) – программа усвоена полностью;

2балла (средний) – программа усвоена условно;

1балл (низкий) – программа не усвоена.

### Диагностика усвоения программы

Компонент программы	Критерии усвоения	Методики обследования
Развитие физических качеств  Накопление и обогащение двигательного опыта  Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Развитие скоростных, силовых качеств.  Владение основными движениями (бег, прыжки, метание)  Знание и владение представлениями об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Развитие интереса к физической культуре и спорту и желание заниматься, умение организовать подвижные игры. Сформированность	«Показатели физической подготовленности детей». В.Г.Фролов, Г.П.Юрко  «Диагностика культуры здоровья дошкольников» В.А.Деркунская

	потребности в здоровом образе жизни.	
--	--------------------------------------	--

### Уровни усвоения программы:

3 балла (высокий) – программа усвоена полностью;

2 балла (средний) – программа усвоена условно;

1 балл (низкий) – программа не усвоена.

### Карта диагностики уровня развития физических навыков и качеств воспитанников по всем возрастным группам Приложение №1

#### Показатели физической подготовленности

Название упражнения	Пол	3 года	4 года	5 лет	6 лет	7-8 лет
Скорость бега на 10м с хода (сек)	<b>Мальчик и</b>	3,5-2,8	3,3-2,4	2,5-2,1	2,4-1,9	2,2-1,8
	<b>Девочки</b>	3,8-2,7	3,4-2,6	2,7-2,2	2,5-2,0	2,4-1,8
Скорость бега на 30м со старта (сек)	<b>Мальчик и</b>	11,0-9,0	10,5-8,8	9,2-7,9	8,4-7,6	8,0-7,4
	<b>Девочки</b>	12,0-9,5	10,7-8,7	9,8-8,3	8,9-7,7	8,7-7,3
Прыжки в длину с места	<b>Мальчик и</b>	47-67,6	53,5-76,6	81,2-102,4	86,3-108,7	94-122,4
	<b>Девочки</b>	38,2-64	51,1-73,9	66-94	77,7-99,6	80-123
Дальность броска правой рукой (м)	<b>Мальчик и</b>	1,8-3,6	2,5-4,1	3,9-5,7	4,4-7,9	6,0-10
	<b>Девочки</b>	1,5-2,3	2,4-3,4	3,0-4,4	3,3-5,4	4,0-6,8
Дальность броска левой рукой (м)	<b>Мальчик и</b>	2,0-3,0	2,0-3,4	2,4-4,2	3,3-5,3	4,2-6,8
	<b>Девочки</b>	1,3-1,9	1,8-2,8	2,5-3,5	3,0-4,7	3,0-5,6
Дальность броска набивного мяча(1кг) из-за	<b>Мальчик и</b>	119-157см	117-185см	187-270см	221-303см	242-360см
	<b>Девочки</b>	97-153см	97-178см	138-221см	156-256см	193-313см

ГОЛОВЫ						
Скорость бега	90м	<b>Мальчик и</b>			30,6-25,0	
	120м	<b>Девочки</b>				35,7-29,2
	150м					41,2-33,6

## 2. Содержательный раздел

### 2.1. Особенности образовательной деятельности с детьми от 2 до 7 лет

Описание образовательной области «Физическое развитие»

(обязательная часть)

Образовательная область Физическое развитие включает: приобретение опыта в следующих видах поведения детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма; развитию равновесия; координации движений; крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

#### Основные направления работы:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;
- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

### Перспективное планирование содержания образовательной области «Физическое развитие» Приложение №2

#### 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. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечет пути совершенствования умений и навыков.

**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.

### **Деятельность по реализации образовательных областей в совместной деятельности педагога с детьми и самостоятельной деятельности детей**

<b>Двигательная деятельность</b>	<b>Проведение</b>
- утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты)	Ежедневно
- физкультминутки	Ежедневно
- динамические паузы	Ежедневно
- НОД по физической культуре	3 раза в неделю
- прогулка в двигательной активности	Ежедневно
- физкультурные досуги, игры, развлечения	1 раз в месяц
- гимнастика после сна	Ежедневно
- спортивные праздники	1 раз в квартал
- приём детей на воздухе в тёплое время года	Ежедневно
- гигиенические процедуры (обширное умывание, полоскание рта)	Ежедневно
- закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, обширное умывание, воздушные ванны)	Ежедневно
- закаливание (воздушные ванны, ходьба босиком в спальне, массаж стоп)	Ежедневно
- занятия в спортивном кружке	1 раз в неделю

- совместные занятия в клубе «Здоровая семья»	1 раз в квартал
---	-----------------

### **Объём образовательной нагрузки.**

По действующему СанПиН для детей возраста от 3 до 4 лет планируют не более 10 занятий в неделю продолжительностью не более 15 минут (СанПиН 2.4.1.3049-13).

Занятия по физической культуре проводятся 3 раза в неделю (одно из них на воздухе).

Возраст детей от 4 лет до 5 лет: продолжительность не более 20 минут, 3 раза в неделю (одно из них на воздухе).

Возраст детей от 5 лет до 6 лет: продолжительность не более 25 минут, 3 раза в неделю (одно из них на улице).

Возраст детей от 6 лет до 8 лет: продолжительность не более 30 минут, 3 раза в неделю (одно из них на улице).

### **Модель двигательного режима по всем возрастным группам**

<b>Вид занятий и форма двигательной активности</b>	<b>1 младшая группа</b>	<b>2 младшая группа</b>	<b>средняя группа</b>	<b>старшая группа</b>	<b>подготовительная группа</b>
1. Подвижные игры во время приёма детей	Ежедневно о 3-5мин	Ежедневно 3-5мин	Ежедневно 5-7мин	Ежедневно о7-10мин	Ежедневно 10-12мин
2. Утренняя гимнастика (ежедневно)	3-5мин	3-5 мин	5-7 мин	7-10 мин	10-12 мин
3. ОД по физической культуре	10 мин	15 мин	20мин	25мин	30 мин 3 раза
4. Двигательная разминка во время перерыва	3-5 мин	3-5мин	3-5 мин	3-5мин	3-5 мин

между занятиями (ежедневно)					
5.Физкультминутка (ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида занятия)	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин
6. Подвижные игры: - сюжетные; - бессюжетные; - игры- забавы; - соревнования; - эстафеты (ежедневно на прогулке)	5-7 мин	5-7 мин	7-8 мин	8-10 мин	10-12 мин
7. Физические упражнения и игровые задания; - гимнастики: - пальчиковая - зрительная	3-5 мин	3-5 мин	6-8 мин	8-10 мин	10-15 мин
8.Индивидуальная работа с детьми по ОВД		5-8 мин	5-8 мин	8-10 мин	10-15 мин
9.Оздоровительные упражнения после дневного сна, дыхательная гимнастика, самомассаж.	4 мин	5 мин	6 мин	7мин	8мин
10.Оздоровительный бег 1 раз в неделю, группами по 5-7 чел., проводится во время утренней прогулки.				3-7 мин	3-7 мин
11.Целевые прогулки (по плану)		10-15 мин	15-20 мин	25-30 мин	30-35мин
Спортивный досуг	1 раз в месяц 10-15 мин	1 раз в месяц 10-15 мин	1 раз в месяц 15-20 мин	1 раз в месяц 25-30мин	1 раз в месяц 30-35мин
12.Спортивный праздник		2 раза в год 10-15мин	2 раза в год 15-20мин	1 раз в квартал 25-30мин	1 раз в квартал 30-35 мин
13.Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей.				
14. Занятия в спортивном кружке (1 раз в неделю)				25 мин	30 мин

Запрещается проведение массовых мероприятий с участием различных групп лиц (групповых ячеек, классов, отрядов), а также массовых мероприятий



с привлечением лиц из иных организаций, родителей (законных представителей)<sup>1</sup>

## **2.2 Способы поддержки детской инициативы в освоении образовательной области «Физическое развитие»**

### **Младший дошкольный возраст:**

- использовать в работе с детьми формы и методы, побуждающие детей к различной степени двигательной активности;
- проводить индивидуальную работу в усвоении основных видов движений;
- создавать условия для приобщения к здоровому образу жизни (воспитание культурно - гигиенических навыков).

### **Средний дошкольный возраст:**

- создавать условия для повышения двигательной активности детей;
- использовать в работе с детьми методы и приёмы, активизирующие детей на самостоятельную двигательную активность (детские подвижные игры);
- поощрять возникновение у детей индивидуальных двигательных интересов и предпочтений, активно использовать их в индивидуальной работе с каждым ребёнком;
- проводить индивидуальные беседы по формированию положительного отношения к ценностям здорового образа жизни.

### **Старший дошкольный возраст (5-7 лет):**

- развивать и поддерживать активность, инициативность и самостоятельность в двигательной деятельности;
- поощрять и поддерживать индивидуальные двигательные интересы и предпочтения (подвижные игры, спортивные игры);
- создавать условия для закрепления двигательных навыков, развития физических качеств;
- обеспечивать спортивным оборудованием и инвентарём детской двигательной деятельности;
- проводить беседы по воспитанию у детей положительного отношения к ценностям здорового образа жизни;
- использовать наглядный материал для формирования у детей положительного отношения к своему здоровью, здоровью своих близких и сверстников.

## **2.3. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами детского сада**

**Цель:** Создание единого направления в физическом воспитании дошкольников.

**Задачи:** 1. Отбор оптимальных методов и приемов работы с дошкольниками по физическому воспитанию.

---

<sup>1</sup> Санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4. 3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»

2. Создание целостной структуры при организации физической культуры и формирование представлений о здоровом образе жизни.

**Формы организации:**

- Совместная подготовка воспитательно-образовательной деятельности
- Консультации
- Коллективные просмотры
- Методические выставки
- Тренинги, практикумы

**План работы с педагогами. Приложение №3**

**2.4. Взаимодействие с родителями воспитанников**

**Цель:** Оказание помощи семье в физкультурно-оздоровительном воспитании детей.

**Задачи:**

1. Повышать уровень культуры родителей, их компетентности в области здоровьесбережения, физическом воспитании ребенка.
2. Воспитывать у родителей ответственность за сохранение здоровья, воспитание и развитие своего ребенка.

**Формы организации:**

- Родительские собрания
- Лекции, консультации, беседы;
- Семинары – практикумы;
- Совместные занятия, проекты, праздники, развлечения.

**Предполагаемый результат:**

Родители вовлечены в воспитательно-образовательный процесс по физическому воспитанию детей. У родителей воспитанников повысился уровень компетентности в физическом воспитании и развитии дошкольников. В большинстве семей изменены установки в области здоровьесбережения по отношению к ребенку, скорректированы родительские позиции.

**План работы с родителями. Приложение №4**

**3. Организационный раздел**

**3.1. Содержание предметно – пространственной развивающей среды**

**Спортивный зал.**

- Спортивное оборудование (скамейки, дуги, мячи, обручи, баскетбольные корзины, стенка здоровья и пр.);

Нетрадиционное оборудование: массажные дорожки, набивные мячи, мешочки с песком и т.д.

**Спортивная площадка.**

- разметка для общих развивающих упражнений, для упражнений по развитию координации движений, зона для прыжков;
- пространство для организации подвижных игр, проведения физкультурных занятий, спортивных праздников на воздухе;
- спортивный комплекс для вися, лазания, метания;
- выносное оборудование для выполнения общеразвивающих упражнений, основных видов движений, игр.

#### **Технические средства обучения.**

- Магнитофон;
- Мультимедийная установка.

### **3.2. Методическое обеспечение**

#### **Литература:**

1. Борисова Е.Н. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. – Волгоград: Панорама; Москва: Глобус, 2008.
2. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет: Методическое пособие. – М.: Мозаика-Синтез, 2012.
3. Галанов А.С. Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников. СПб.: Речь, 2007.
4. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ: Основные виды, сценарии занятий. – М.: 5 за знание, 2005.
5. Инструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения: Научно-практический журнал, 2013.
6. Инструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения: Научно-практический журнал, 2012.
7. Инструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения: Научно-практический журнал, 2011.
8. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры: Методическое пособие – М.: Мозайка – Синтез, 2009.
9. Лосева В.С. Плоскостопие у детей 6—7 лет: профилактика и лечение. — М.: ТЦ Сфера, 2004.
10. Н.Е. Веракса, Т.С. Комарова, М.А. Васильева. Общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы», 2012.
11. Павлова М.А., М.В. Лысогорская. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения: модели программ, рекомендации, разработки занятий – Волгоград: Учитель, 2009.
12. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-6 лет. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2009.
13. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа: Методическое пособие.
14. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа: Методическое пособие. – М.: Мозайка-Синтез, 2012.

15. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа: Методическое пособие. – М.: Мозайка-Синтез, 2012.
16. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-6 лет. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2009.
17. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа: Методическое пособие. – М. 2012.
18. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа: Методическое пособие. – М.: Мозайка-Синтез, 2012.
19. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа: Методическое пособие. – М.: Мозайка-Синтез, 2012.

### **Интернет - ресурсы**

<http://deti.spb.ru> – Региональный сайт детских библиотек.

<http://detskiy-mir.net/rating.php> - Детский мир. Каталог детских ресурсов. Все сайты детской тематики.

<http://gumer.info> – Библиотека Гумер. Включает в себя библиотеки по истории, психологии, праву, филологии, культурологии, журналистике, педагогике и др.

<http://www.dedushka.net> – Детская сетевая библиотека. Каталоги по возрасту, по авторам. Полезные ссылки: Сайты для родителей; Электронные архивы.

<http://www.kinder.ru> – каталог детских ресурсов Интернет KINDER.RU. Более 2000 ссылок на сайты о детях и для детей.

<http://www.lib.com.ua> – Большая электронная библиотека, в которой можно найти книги в электронном виде практически на любую тему. Здесь находятся не только художественные, но и научно-популярные тексты.

<http://www.teenbook.ru> – Свердловская областная библиотека для детей и юношества.