

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад с приоритетным осуществлением деятельности
по художественно-эстетическому направлению развития детей № 18»

Свердловская область, Артемовский район,
п.Буланаш, Коммунальная, 1 а

Согласовано:
на педагогическом совете МАДОУ № 18
Протокол № 5 от 15.06.2021

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ № 18
Л.А.Демидович
Приказ № 42-0 от 15.06.2021



Рабочая программа
по модулю «Физическая культура»
в реализации основной общеобразовательной программы –
образовательной программы дошкольного образования
МАДОУ № 18
Срок реализации 1 год

Разработчик: Курбатова Елена Викторовна,
инструктор по физической культуре

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	
I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....	6
1. Пояснительная записка.....	6
1.1.1. Цели и задачи реализации Программы.....	6
1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы.....	7
1.2. Характеристики особенностей развития детей.....	10
1.2.1. Возрастная характеристика детей 2-3 лет.....	10
1.2.2. Возрастная характеристика детей 3-4 лет.....	11
1.2.3. Возрастная характеристика детей 4-5 лет.....	12
1.2.4. Возрастная характеристика детей 5-6 лет.....	12
1.2.5. Возрастная характеристика детей 6-7 лет.....	13
1.3. Планируемые результаты.....	13
1.3.1. Целевые ориентиры в раннем возрасте.....	13
1.3.2. Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования.....	14
1.4. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе	14
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....	16
2.1. Содержание образовательной деятельности по освоению воспитанниками образовательной области «Физическое развитие»	16
2.1.1. Содержание психолого-педагогической работы «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»	16
2.1.2. Содержание психолого-педагогической работы «Физическая культура»	18
2.1.3. Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений	21
2.2. Виды интеграции образовательной области «Физическое развитие».....	32
2.3. Основные формы организации образовательного процесса	32
2.4. Методическое обеспечение	33
2.5. Режим двигательной активности	34
2.6. Организация оздоровительных мероприятий	35
2.7. Особенности образовательной деятельности разных культурных практик образовательной области «Физическое развитие»	38
2.8. Способы и направления поддержки детской инициативы	39
2.9. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.....	40
2.10. Сетевое взаимодействие.....	43
2.11. Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.....	44
2.12. Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений.....	45
2.13. Коррекционно-развивающая работа с детьми с ограниченными возможностями здоровья	46
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.....	50
3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребёнка.....	50
3.2. Режим дня	50

3.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.....	53
3.3.1. Система мониторинга.....	55
3.4. Материально-техническое обеспечение Программы.....	60
3.5. Техника безопасности и охрана труда.....	61
3.5.1. Инструкции для работы с воспитанниками	64
Приложение.....	66
1. Годовой план работы.....	67
2. Планирование НОД.....	71

ВВЕДЕНИЕ

Основная образовательная программа дошкольного образования МАДОУ № 18 (далее Программа) разработана и утверждена Муниципальным автономным дошкольным образовательным учреждением «Детский сад с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому направлению развития детей №18», осуществляющим образовательную деятельность в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и с учетом Примерной основной образовательной программы дошкольного образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20.05.2015 г № 2/15).

Программа ориентирована на детей раннего возраста с 2 до 3 лет и детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет и реализуется в течение всего времени их пребывания в дошкольной образовательной организации.

Нормативные документы, для разработки программы:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации»;
 - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020 г. № 373 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».
 - Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Минобрнауки России №1155 от 17.10.2013 года);
 - Примерная основная образовательная программа дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15);
 - СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 (зарегистрировано министерство юстиции РФ 18.12.2020 г., регистрационный № 61573);
 - Устав МАДОУ № 18 (утв. Приказом Управления образования Артемовского городского округа от 26.12.2014 г. № 313).
 - Основная образовательная программа дошкольного образования МАДОУ № 18
- Программа призвана обеспечить гуманизацию и индивидуализацию образовательного процесса на основе:
- учета потребностей воспитанников детского сада, их родителей;
 - отбора содержания и его реализации в соответствии с возможностями и потребностями детей;
 - использования и совершенствования методик образовательного процесса и образовательных технологий;
 - сотрудничества дошкольной образовательной организации и семей воспитанников.

Программа включает в себя совокупность образовательных областей, которые обеспечивают разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям развития (далее – образовательные области) –

социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому и физическому. Задачи по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрировано в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области.

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими. Объем обязательной части Программы составляет 60% от ее общего объема, объем части, формируемой участниками образовательных отношений — 40%.

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы

В соответствии с ФГОС дошкольного образования, Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста с двух до семи лет в различных видах общения и деятельности с учётом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей по основным направлениям развития: физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому.

Цель: создание условий для разностороннего и гармонического развития воспитанников, укрепление их физического и психического здоровья, развитие двигательной активности и физических качеств, формирование привычки к здоровому образу жизни.

Задачи:

- Сохранять, укреплять и охранять здоровье детей.
 - Формировать у детей привычку здорового образа жизни.
 - Создавать условия для осознания воспитанниками своих физических возможностей на основе развития представлений о своем теле.
 - Обеспечивать гармоничное физическое развитие, совершенствовать умения и навыки в основных видах движений, воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений, формировать правильную осанку.
 - Развивать инициативу, самостоятельность и творчество в двигательной активности, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
 - Развивать интерес к спорту, к участию в подвижных играх и физических упражнениях.
 - Формировать устойчивый интерес к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной активности.
 - Воспитывать волевые качества, целеустремленность, выносливость, настойчивость, через участие в спортивных играх и соревнованиях.
 - Вовлекать семьи воспитанников в образовательное пространство дошкольной образовательной организации, посредством участия в спортивных мероприятиях.
- Для достижения цели и задач Программы первостепенное значение имеют:
- забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
 - создание атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;
 - максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;
 - творческая организация (креативность) воспитательно-образовательного процесса;
 - вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать физические качества детского организма и творческую инициативу в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка;
 - уважительное отношение к результатам деятельности воспитанников;
 - единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольной образовательной организации и семьи;

- соблюдение в работе детского сада и Детско-юношеской спортивной школы № 25 преемственности, исключающей физические перегрузки в содержании образования детей дошкольного возраста.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

В соответствии ФГОС дошкольного образования Программа построена на следующих принципах:

1. *Поддержка разнообразия детства.* Современный мир характеризуется возрастающим многообразием и неопределенностью, отражающимися в самых разных аспектах жизни человека и общества. Многообразие социальных, личностных, культурных, языковых, этнических особенностей, религиозных и других общностей, ценностей и убеждений, мнений и способов их выражения, жизненных укладов особенно ярко проявляется в условиях Российской Федерации – государства с огромной территорией, разнообразными природными условиями, объединяющего многочисленные культуры, народы, этносы. Возрастающая мобильность в обществе, экономике, образовании, культуре требует от людей умения ориентироваться в этом мире разнообразия, способности сохранять свою идентичность и в то же время гибко, позитивно и конструктивно взаимодействовать с другими людьми, способности выбирать и уважать право выбора других ценностей и убеждений, мнений и способов их выражения.

Принимая вызовы современного мира, Программа рассматривает разнообразие как ценность, образовательный ресурс и предполагает использование разнообразия для обогащения образовательного процесса. Дошкольная образовательная организация выстраивает образовательную деятельность с учетом региональной специфики, социокультурной ситуации развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей, ценностей, мнений и способов их выражения.

2. *Сохранение уникальности и самоценности детства* как важного этапа в общем развитии человека. Самоценность детства – понимание детства как периода жизни значимого самого по себе, значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот этап является подготовкой к последующей жизни. Этот принцип подразумевает полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного детства), обогащение (амплификацию) детского развития.

3. *Позитивная социализация ребенка* предполагает, что освоение ребенком культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми, приобщение к традициям семьи, общества, государства происходят в процессе сотрудничества со взрослыми и другими детьми, направленного на создание предпосылок к полноценной деятельности ребенка в изменяющемся мире.

4. *Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия* взрослых (родителей(законных представителей), педагогических и иных работников детского сада) и детей. Такой тип взаимодействия предполагает базовую ценностную ориентацию на достоинство каждого участника взаимодействия, уважение и безусловное принятие личности ребенка, доброжелательность, внимание к ребенку, его состоянию, настроению, потребностям, интересам. Личностно-развивающее взаимодействие является неотъемлемой составной частью социальной ситуации развития ребенка в организации, условием его эмоционального благополучия и полноценного развития.

5. *Содействие и сотрудничество детей и взрослых*, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений. Этот принцип предполагает активное участие всех субъектов образовательных отношений – как детей, так и взрослых – в реализации программы. Каждый участник имеет возможность внести свой индивидуальный вклад в ход игры, занятия, проекта, обсуждения, в планирование

образовательного процесса, может проявить инициативу. Принцип содействия предполагает диалогический характер коммуникации между всеми участниками образовательных отношений. Детям предоставляется возможность высказывать свои взгляды, свое мнение, занимать позицию и отстаивать ее, принимать решения и брать на себя ответственность в соответствии со своими возможностями.

6. *Сотрудничество детского сада с семьей.* Сотрудничество, кооперация с семьей, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учет в образовательной работе являются важнейшим принципом образовательной программы. Сотрудники детского сада должны знать об условиях жизни ребенка в семье, понимать проблемы, уважать ценности и традиции семей воспитанников. Программа предполагает разнообразные формы сотрудничества с семьей как в содержательном, так и в организационном планах.

7. *Сетевое взаимодействие* с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование детей, а также использование ресурсов местного сообщества и вариативных программ дополнительного образования детей для обогащения детского развития. Программа предполагает, что детский сад устанавливает партнерские отношения не только с семьями детей, но и с другими организациями и лицами, которые могут способствовать обогащению социального и/или культурного опыта детей, приобщению детей к национальным традициям (посещение театров, музеев, освоение программ дополнительного образования), к природе и истории родного края; содействовать проведению совместных проектов, экскурсий, праздников, посещению концертов, а также удовлетворению особых потребностей детей, оказанию психолого-педагогической и/или медицинской поддержки в случае необходимости.

8. *Индивидуализация дошкольного образования* предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса, появления индивидуальной траектории развития каждого ребенка с характерными для данного ребенка спецификой и скоростью, учитывающей его интересы, мотивы, способности и возрастно-психологические особенности. При этом сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, разных форм активности. Для реализации этого принципа необходимы регулярное наблюдение за развитием ребенка, сбор данных о нем, анализ его действий и поступков; помощь ребенку в сложной ситуации; предоставление ребенку возможности выбора в разных видах деятельности, акцентирование внимания на инициативности, самостоятельности и активности ребенка.

9. *Возрастная адекватность образования.* Этот принцип предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями детей. Важно использовать все специфические виды детской деятельности (игру, коммуникативную и познавательно-исследовательскую деятельность, творческую активность, обеспечивающую художественно-эстетическое развитие ребенка), опираясь на особенности возраста и задачи развития, которые должны быть решены в дошкольном возрасте. Деятельность педагога должна быть мотивирующей и соответствовать психологическим законам развития ребенка, учитывать его индивидуальные интересы, особенности и склонности.

10. *Развивающее вариативное образование.* Этот принцип предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом его актуальных и потенциальных возможностей усвоения этого содержания и совершения им тех или иных действий, с учетом его интересов, мотивов и способностей. Данный принцип предполагает работу педагога с ориентацией на зону ближайшего развития ребенка (Л.С. Выготский), что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей ребенка.

11. *Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей.* В соответствии со ФГОС дошкольного образования Программа предполагает всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие детей посредством различных видов детской активности. Деление Программы на образовательные области не означает, что каждая образовательная область осваивается ребенком по отдельности, в форме изолированных занятий по модели школьных предметов. Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи: познавательное развитие тесно связано с речевым и социально-коммуникативным, художественно-эстетическое – с познавательным и речевым и т.п. Содержание образовательной деятельности в одной конкретной области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития детей раннего и дошкольного возраста.

12. *Инвариантность ценностей и целей* при вариативности средств реализации и достижения целей Программы. ФГОС дошкольного образования и Программа задают инвариантные ценности и ориентиры, с учетом которых детский сад разрабатывает свою основную образовательную программу и которые для нее являются научно-методическими опорами в современном мире разнообразия и неопределенности. При этом Программа оставляет за дошкольной образовательной организацией право выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих многообразие конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации Программы, разнородность состава групп воспитанников, их особенностей и интересов, запросов родителей (законных представителей), интересов и предпочтений педагогов и т.п., самостоятельной деятельности.

Основные подходы:

В основе реализации Программы лежит *культурно-исторический и системно-деятельностный подходы* к развитию ребенка, являющиеся методологией ФГОС, которые предполагают:

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащения (амплификации) детского развития;
- индивидуализацию дошкольного образования (в том числе одарённых детей и детей с ограниченными возможностями здоровья);
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержку инициативы детей в различных видах деятельности;
- партнерство с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастную адекватность (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учёт этнокультурной ситуации развития детей.
- обеспечение преемственности дошкольного общего и начального общего образования.

Виды деятельности для детей дошкольного возраста:

- *игровая деятельность* (включая сюжетно-ролевую игру как ведущую деятельность детей дошкольного возраста, а также игру с правилами и другие виды игры);
- *коммуникативная* (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками);

- *познавательно-исследовательская* (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними; восприятие художественной литературы и фольклора);
- *музыкальная* (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах);
- *двигательная* (овладение основными движениями) активность ребенка.

Образовательная область	Виды деятельности
Физическое развитие	- двигательная (как двигательная активность) - познавательно-исследовательская (как познание и исследование организма человека)

1.2. Характеристики особенностей развития детей

1.2.1. Возрастная характеристика детей 2-3 лет

Физическое развитие

С 2 до 3 лет масса тела ребенка увеличивается примерно на 2-2,8 килограмма, а рост на 7-8 см. Крепнет организм, совершенствуется двигательный аппарат, деятельность нервной системы, повышается ее работоспособность, благодаря чему возрастает продолжительность активного бодрствования (до 6 часов). Меняется мышечный тонус, но сила мышц еще очень невелика (мышцы спины, ног, мышцы разгибатели физиологически развиты хуже). Важны целенаправленные физические упражнения для равномерного укрепления мускулатуры тела.

Имеются все молочные зубы.

На третьем году жизни у детей меняются пропорции тела: уменьшается размер головы до 1/5 длины тела. К трем годам позвоночник у ребенка имеет выраженные изгибы, но они еще не фиксированы. И хотя уже начинается процесс окостенения скелета, из-за большого содержания органических веществ костная система малыша весьма гибка и податлива.

На третьем году жизни дети имеют сравнительно узкие верхние дыхательные пути, трахею, бронхи. Их слизистая обильно снабжена кровеносными сосудами. Через легочные капилляры протекает относительно больше крови, чем у взрослых, что обеспечивает лучшие условия газообмена. Но строение грудной клетки ограничивает размах дыхательных движений. Воздушная среда, в которой находится ребенок, должна быть с достаточным содержанием кислорода, и для ребенка очень важны упражнения для дыхательной мускулатуры (имитационные движения крыльев птицы, максимальное сведение и разведение рук, круговые движения руками, подтягивание, взмахи и т.п.)

Особенности центральной нервной системы (ЦНС) ребенка третьего года жизни является незаконченной морфологической структурой и функционального развития коры головного мозга. Нервные процессы еще не достаточно сильны и подвижны, однако условно-рефлекторные связи отличаются большой прочностью. Из этого следует запомнить одно очень важное обстоятельство: легкое образование стереотипных действий, с одной стороны, и весьма затруднительная их ломка, переделка – с другой стороны. Иначе говоря, ребенок воспринимает определенную последовательность действий, но очень трудно осваивает изменения в ней.

Интенсивно продолжают развиваться зрительный, слуховой анализаторы, а также речь. Надо помнить, что на речь влияет состояние здоровья и перенесенные заболевания,

так как при развитии болезни, интоксикации понижается возбудимость коры ГМ и раньше всех затормаживаются наиболее молодые ее функции – речевые рефлексy.

Изменение характера питания (переход на более плотную оформленную пищу) способствует интенсивному росту кишечника. Емкость желудка увеличивается до 750 мл. (оптимально за один прием еды ребенок должен съесть 350-400 гр. пищи).

Дети в этом возрасте свободно передвигаются, умеют менять ритм и направление ходьбы.

Движения рук и ног трехлетний ребенок в ряде случаев производит одновременно (двухлетний ребенок – попеременно): может кататься на велосипеде, на ходу манипулируя предметами, двигаясь в пляске, одновременно производя круговые движения кистями рук, поднятых вверх. Таким образом, формируется согласованное движение конечностей.

Однако ходьба сохраняет признаки, характерные для ребенка раннего возраста, что связано с особенностями анатомического строения тела и недостаточностью двигательного опыта. Так движения рук при ходьбе либо отсутствуют, либо не согласованы с движениями ног, туловище наклонено вперед, шаги на всей ступне, семенящие, неравномерные, темп ходьбы неустойчивый. Эти своеобразия у большинства малышей ярко выражены в начале уч. года (75-80% случаев). В течение года при систематической работе умения детей совершенствуются.

Следует отметить, что дети, любящие бегать, сложены более пропорционально. Координация движений рук и ног при беге совершенствуются быстрее и лучше, чем при ходьбе.

В этом возрасте малыши все еще очень любят ползать. Желание ползать необходимо поддерживать, так как это является *корректирующим* (необходимо сочетать с подлезанием, перелезанием, влезанием).

1.2.2. Возрастная характеристика детей 3-4 лет

Физическое развитие

3-х-летний ребенок владеет *основными* жизненно важными движениями (ходьба, бег, лазание, действия с предметами). Возникает интерес к определению соответствия движений образцу. Дети испытывают свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями.

Моторика выполнения движений характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т.д.

К 4-годам ребенок может без остановки пройти по гимнастической скамейке, руки в стороны; ударять мяч об пол и ловить его двумя руками (3 раза подряд); перекладывать по одному мелкие предметы (пуговицы, горошины и т.п. — всего 20 шт.) с поверхности стола в небольшую коробку (правой рукой).

Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети ориентируются в значительной мере на оценку воспитателя.

3-4-х летний ребенок владеет *элементарными гигиеническими навыками* самообслуживания:

- самостоятельно и правильно моет руки с мылом после прогулки, игр, туалета;
- аккуратно пользуется туалетом: туалетной бумагой, не забывает спускать воду из бачка для слива;

- при приеме пищи пользуется ложкой, салфеткой;
- умеет пользоваться носовым платком;
- может самостоятельно устранить беспорядок в одежде, причёске, пользуясь зеркалом, расческой.

1.2.3.Возрастная характеристика детей 4-5 лет

К пяти годам складывается «психологический портрет» личности, в котором важная роль принадлежит компетентности, в особенности интеллектуальной (это возраст «почемучек»), а также креативности.

Физическое развитие

В этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность *в движении*. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию.

Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается.

Позитивные изменения наблюдаются в развитии *моторики*. Дошкольники лучше удерживают равновесие, перешагивая через небольшие преграды, нанизывают бусины (20 шт.) средней величины (или пуговицы) на толстую леску.

В 4-5 лет у детей совершенствуются *культурно-гигиенические навыки* (хорошо освоен алгоритм умывания, одевания, приема пищи); они аккуратны во время еды, умеют правильно надевать обувь, убирают на место свою одежду, игрушки, книги. В элементарном самообслуживании (одевание, раздевание, умывание и др.) проявляется самостоятельность ребенка.

1.2.4. Возрастная характеристика детей 5-6 лет

Физическое развитие

Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами *движений*. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния. Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет. В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера.

Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек - мягкие, плавные).

К 6 годам совершенствуется развитие мелкой *моторики* пальцев рук. Некоторые дети могут продеть шнурок в ботинок и завязать бантиком.

В старшем возрасте продолжают совершенствоваться *культурно-гигиенические навыки*: умеет одеться в соответствии с условиями погоды, выполняет основные правила личной гигиены, соблюдает правила приема пищи, проявляет навыки самостоятельности.

Полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни.

1.2.5. Возрастная характеристика детей 6-7 лет

Физическое развитие

К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные *движения*, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения.

У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений).

Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»).

Имеет представление о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и т.п.) и здоровье, заботиться о нем. Владеет *культурно-гигиеническими навыками* и понимает их необходимость.

1.3. Планируемые результаты

Целевые ориентиры дошкольного образования рассматриваются как планируемые результаты освоения Программы.

Исходя из Примерной основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» /Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. и доп. М.: Мозаика-Синтез, 2015 (ФГОС ДО) они соответствуют ФГОС ДО, но углублены и дополнены в соответствии с особенностями и приоритетами дошкольной организации (что не противоречит ФГОС ДО).

Планируемые результаты освоения Программы представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на этапе начала дошкольного возраста и на этапе завершения уровня дошкольного образования.

1.3.1. Целевые ориентиры в раннем возрасте

К трем годам ребенок:

–с удовольствием двигается – ходит, бегает в разных направлениях, стремится осваивать различные виды движения (подпрыгивание, лазанье, перешагивание и пр.).

1.3.2. Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования

К семи годам:

–у ребенка развита крупная и мелкая моторика. Он подвижен, вынослив, владеет основными произвольными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

– ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

Степень реального развития этих характеристик и способности ребенка их проявлять к моменту перехода на следующий уровень образования могут существенно варьировать у разных детей в силу различий в условиях жизни и индивидуальных особенностей развития конкретного ребенка.

Программа строится на основе общих закономерностей развития личности детей дошкольного возраста с учетом сенситивных периодов в развитии.

Дети с различными недостатками в физическом и/или психическом развитии могут иметь качественно неоднородные уровни речевого, познавательного и социального развития личности. Поэтому целевые ориентиры детей с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ), должны учитывать не только возраст ребенка, но и уровень развития его личности, степень выраженности различных нарушений, а также индивидуально-типологические особенности развития ребенка.

1.4. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе

Программой не предусматривается оценивание качества образовательной деятельности МАДОУ № 18 на основе достижения детьми планируемых результатов освоения Программы.

Целевые ориентиры, представленные в Программе:

- не подлежат непосредственной оценке;
- не являются непосредственным основанием оценки как итогового, так и промежуточного уровня развития детей;
- не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей;
- не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;
- не являются непосредственным основанием при оценке качества образования.

Программой предусмотрены следующие уровни системы оценки качества:

- диагностика развития ребенка, используемая как профессиональный инструмент педагога с целью получения обратной связи от собственных педагогических действий и планирования дальнейшей индивидуальной работы с детьми по Программе;
- внутренняя оценка, самооценка МАДОУ № 18;
- внешняя оценка МАДОУ № 18, в том числе независимая профессиональная и общественная оценка.

На уровне дошкольной образовательной организации система оценки качества реализации Программы решает задачи:

- 1) повышения качества реализации программы дошкольного образования;
- 2) реализации требований ФГОС ДО к структуре, условиям и целевым ориентирам основной образовательной программы дошкольной организации;
- 3) обеспечения объективной экспертизы деятельности дошкольной образовательной организации в процессе оценки качества программы дошкольного образования;
- 4) задания ориентиров педагогам в их профессиональной деятельности и перспектив развития самой дошкольной образовательной организации;
- 5) создания оснований преемственности между дошкольным и начальным общим образованием.

Система оценки качества дошкольного образования:

- должна быть сфокусирована на оценивании психолого-педагогических и других условий реализации Программы в пяти образовательных областях, определенных ФГОС ДО;
- учитывает образовательные предпочтения и удовлетворенность дошкольным образованием со стороны семьи ребенка;
- исключает использование оценки индивидуального развития ребенка в контексте оценки работы детского сада;
- исключает унификацию и поддерживает вариативность программ, форм и методов дошкольного образования;
- способствует открытости по отношению к ожиданиям ребенка, семьи, педагогов, общества и государства;
- включает как оценку педагогами собственной работы, так и независимую профессиональную и общественную оценку условий образовательной деятельности в дошкольной организации;
- использует единые инструменты, оценивающие условия реализации программы, как для самоанализа, так и для внешнего оценивания.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

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

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности 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 движения, 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 и др.) (ФГОС дошкольного образования, утв. Приказом Минобрнауки России №1155 от 17.10.2013 года).

Основные виды деятельности по физическому направлению развития детей

- двигательная (как двигательная активность);
- познавательно-исследовательская (как познание и исследование организма человека).

Средства физического воспитания

<i>Гигиенические (психогигиенические) факторы</i>	<i>Естественные силы природы (солнце воздух, вода)</i>	<i>Физические упражнения</i>
Режим занятий, отдыха и сна; Рациональное питание; Гигиена одежды, обуви, помещения, оборудования.	Закаливание: в повседневной жизни специальные меры закаливания (водные, воздушные, солнечные)	Гимнастика; Игры; Спортивные упражнения; Простейший туризм.

2.1.1. Содержание психолого-педагогической работы «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»

Группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.

Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.

Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

2.1.2. Содержание психолого-педагогической работы «Физическая культура»

Группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.

Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Учить спортивным играм и упражнениям.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, хоккей, футбол).

2.1.3. Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Группа раннего возраста (от 2 до 3 лет).

Основные движения

Ходьба. Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег, и наоборот, с изменением направления, врассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны.

Упражнения в равновесии. Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10-15 см); по доске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20-25 см). Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).

Бег. Бег подгруппами и всей группой в прямом направлении, друг за другом, в колонне по одному, в медленном темпе в течение 30-40 секунд (непрерывно), с изменением темпа. Бег между двумя шнурами, линиями (расстояние между ними 25-30 см).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4 м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту 20-30 см; по гимнастической скамейке. Подлезание под воротца, веревку (высота 30-40 см), перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом.

Катание, бросание, метание. Катание мяча двумя руками и одной рукой педагогу, друг другу, под дугу, стоя и сидя (расстояние 50-100 см); бросание мяча вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1-1,5 м, через сетку, натянутую на уровне роста ребенка. Метание мячей, набивных мешочков, шишек на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель — двумя руками, правой (левой) рукой с расстояния 1 м. Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 50-100 см.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через шнур (линию); через две параллельные линии (10-30 см). Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10-15 см выше поднятой руки ребенка.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вперед, вверх, в стороны; скрещивать их перед грудью и разводить в стороны. Отводить руки назад, за спину; сгибать и разгибать их. Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать вперед-назад, вниз-вверх.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться вправо-влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему). Наклоняться вперед и в стороны. Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу. Поднимать и опускать ноги, лежа на спине. Стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Ходить на месте. Сгибать левую (правую) ноги в колене (с поддержкой) из исходного положения стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку Шевелить пальцами ног (сидя).

Подвижные игры

С ходьбой и бегом: «Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмет».

С ползанием: «Доползи до погремушки», «Проползти в воротца», «Не переползай линию!», «Обезьянки».

С бросанием и ловлей мяча: «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!».

С подпрыгиванием: «Мой веселый, звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».

На ориентировку в пространстве: «Где звенит?», «Найди флажок».

Движение под музыку и пение: «Поезд», «Зайка», «Флажок».

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом).

Упражнения в равновесии. Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.

Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

Спортивные игры и упражнения

Футбол:

1. Познакомить детей с названием и особенностями игры в футбол (игра в мяч ногами).
2. Формировать элементарные для футбола действия с мячом (удары по неподвижному мячу ногой, остановка движущегося мяча, ведение, удар по воротам).
3. Воспитывать интерес к действиям с мячом, желание играть вдвоем, втроем.
4. Развивать координационные способности, ловкость, глазомер.
5. В процессе овладения действиями с мячом совершенствовать технику ходьбы, бега.

Хоккей (Примечание: в дошкольных образовательных организациях обучение элементам игры хоккей проводится без коньков):

1. Познакомить детей с клюшкой и шайбой, простейшими действиями с ними.
2. Учить водить клюшку, не отрывая ее от поверхности; ударять по неподвижной шайбе и останавливать шайбу клюшкой.
3. Развивать координационные способности, ориентировку в пространстве.
4. Воспитывать желание получить положительные результаты; выполнять простейшие требования безопасной игры.
5. Закладывать предпосылки последующих совместных действий со сверстниками в игре хоккей.

Городки:

1. Познакомить с русской народной игрой «городки», инвентарем для игры (бита, городок), элементами площадки для игры (город, кон), несколькими фигурами (забор, ворота, бочка).
2. Отрабатывать элементарные действия с битой (брать, передавать, бросать), разучить способы ее метания (прямой рукой сбоку и от плеча).
3. Учить строить простейшие фигуры.
4. Развивать силу, глазомер.
5. Формировать осторожность, внимательность, побуждать к взаимодействию в игровых ситуациях.

Баскетбол:

1. Формировать многообразие действий с мячом (катание, бросание, ловля, перебрасывание, забрасывание из разных и.п. – сидя, стоя на коленях, стоя).
2. Воспитывать интерес к играм с мячом, желание играть вдвоем, втроем.
3. Развивать согласованность движений, глазомер.
4. В процессе освоения действий с мячом развивать основные двигательные навыки – ходьбу, бег, прыжки, лазание.

Подвижные игры

С бегом: «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

С прыжками: «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

С подлезанием и лазаньем: «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

С бросанием и ловлей: «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве: «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего.

Упражнения в равновесии. Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5-3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1-1,5 минуты. Бег на расстояние 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5-6 секунд; к концу года).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги

вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5-6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5-2 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить их в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4-5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног.

Статические упражнения. Сохранять равновесие в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5-7 секунд).

Спортивные игры и упражнения

Футбол:

1. Познакомить детей с условиями для игры в футбол.
2. Создать представление об элементах техники игры в футбол (удары по неподвижному мячу, остановка мяча, ведение мяча, удар по воротам).
3. Учить игровому взаимодействию.
4. Развивать координационные способности, точность, выносливость.

Хоккей (Примечание: в дошкольных образовательных организациях обучение элементам игры хоккей проводится без коньков):

1. Познакомить детей со стойкой хоккеиста, расширить круг представлений о действиях с клюшкой и шайбой.
2. Учить вести шайбу, не отрывая клюшку от нее; забивать шайбу с места в ворота, закрепить передачу шайбы в парах.
3. Создавать условия, обеспечивающие получение положительного результата в действиях с клюшкой и шайбой в парах.
4. Укреплять уверенность в своих действиях, активность, инициативность в игре; обеспечить соблюдение правил безопасной игры.
5. Развивать реакцию на движущийся объект, точность, быстроту.

Городки:

1. Познакомить с площадкой для игры «городки» (город, кон, полукон), закрепить названия и способы построения простейших фигур (забор, бочка, ворота), познакомить с новыми фигурами (рак, письмо).
2. Формировать технику правильного броска биты (способ - прямой рукой сбоку, от плеча).
3. Воспитывать интерес к русским народным подвижным играм.
4. Развивать координацию движений, точность.
5. Учить правилам безопасности в игре.

Баскетбол:

1. Познакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол, создавать общее представление о действиях в этой игре (стойка, передача мяча, ведение мяча на месте и в движении)
2. Создавать ситуации, побуждающие к коллективным действиям с мячом.
3. Воспитывать целеустремленность, желание достичь положительного результата, доброжелательное отношение друг к другу.
4. Развивать координацию движений, точность, ловкость

Подвижные игры

С бегом: «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

С прыжками: «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается».

С ползанием и лазаньем: «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».

С бросанием и ловлей: «Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

На ориентировку в пространстве, на внимание: «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».

Народные игры: «У медведя во бору» и др.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя.

Упражнения в равновесии. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по

наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3-4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов — поочередно через каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30-40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены и касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ноги к груди (группироваться).

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

Спортивные игры и упражнения

Футбол:

1. Познакомить дошкольников с игрой в футбол, историей ее возникновения.
2. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: ведение, удар, передача мяча, обводка; разучить индивидуальную тактику.
3. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость.

Хоккей (Примечание: в дошкольных образовательных организациях обучение элементам игры хоккей проводится без коньков):

1. Познакомить детей с увлекательной игрой в хоккей, необходимым для неё инвентарем, достижениями русских хоккеистов. Вызвать интерес и желание научиться играть в хоккей.
2. Учить подбирать клюшку и держать её правильно; вести шайбу разными способами: стоя на месте, по кругу, вправо и влево, не отрывая её от клюшки, вокруг предмета и между ними (кегли, кубики и т.д.).
3. Бросать шайбу в ворота с места – расстояние 2-3 м., увеличивать силу броска и расстояние. Ударять по неподвижной шайбе с удобной для ребенка стороны. Забивать шайбу в ворота после ведения. Развивать точность, глазомер, быстроту, выносливость, координацию движений.
4. Обучать правилам безопасной игры, действиям вдвоем, втроем. Воспитывать выдержку, взаимопонимание.

Городки:

1. Формировать интерес к русской народной игре, познакомить с историей её возникновения, с фигурами для игр; развивать умение строить фигуры.
2. Учить правильной стойке, действиям с битой, способам броска на дальность и в цель; показать правильность техники в достижении конечного результата.
3. Развивать силу координацию и точность движений, глазомер.

Баскетбол:

1. Познакомить с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; учить простейшим видам парного взаимодействия.
2. Разучить элементы техники игры в баскетбол: стойка, ведение мяча на месте, в движении; бросок, ловля мяча; добиваться точности и качества в их выполнении.
3. Способствовать развитию координации движений, глазомера, быстроты, ловкости.

Бадминтон:

1. Познакомить со свойствами волана, ракеткой, историей возникновения игры в бадминтон.
2. Разучить игры с воланом, способы действия с ракеткой; учить отражать волан, брошенный воспитателем, играть вдвоем со взрослым.
3. Развивать ловкость, координацию движений, глазомер.

Подвижные игры

С бегом: «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».

С прыжками: «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».

С лазаньем и ползанием: «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

С метанием: «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».

Эстафеты: «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования: «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Народные игры: «Гори, гори ясно!» и др.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

Упражнения в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3—5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5-7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком.

Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с

высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «пер- вый-второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2—3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась за опору.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Выполнять общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т. п.

Спортивные игры и упражнения

Футбол:

1. Познакомить с правилами игры, игровым полем, разметкой.
2. Закрепить способы действий с мячом в футболе, учить их взаимодействовать с другими игроками, ориентируясь в игровом пространстве; совершенствовать моторику.
3. Формировать потребность и желание играть в футбол самостоятельно; развивать двигательную активность.

Хоккей (Примечание: в дошкольных образовательных организациях обучение элементам игры хоккей проводится без коньков):

1. Разучить с детьми правила игры в хоккей, развивать умение действовать правильно, учить играть командами.
2. Учить вести шайбу клюшкой толчками; бросать шайбу после ведения, увеличивать скорость движения и расстояние до цели. Ударять по медленно скользящей шайбе справа и слева, развивать скоростно-силовые качества, глазомер.
3. Побуждать детей к самостоятельной организации игры.

Городки:

1. Закреплять знания о фигурах, площадке для игры «Городки», познакомить с новыми фигурами; раскрыть значение этой игры для укрепления здоровья, улучшения физических качеств; вызвать интерес к игре как форме активного отдыха.
2. Учить детей играть по правилам, действовать в командах; ориентировать их на достижение конечного результата – выбить городки из «города».
3. Формировать самостоятельность дошкольников в двигательной деятельности, умение сосредоточиться на поставленной задаче, чувство уверенности в своих силах.

Баскетбол:

1. Разучить правила игры, познакомить с площадкой, действиями защитников, нападающих.
2. Помочь детям в овладении основами игры, совершенствовать технику ведения, передачи, бросков мяча; формировать стремление достигать положительных результатов; воспитывать целеустремленность, выдержку, уверенность, решительность в действиях.
3. Развивать точность, координацию движений, быстроту реакции, силу, глазомер.

Бадминтон:

1. Разучить правила игры в бадминтон.
2. Закрепить действия с воланом и ракеткой: учить играть через сетку, свободно передвигаясь по площадке, используя разнообразные удары ракеткой (справа, слева, сверху, снизу) в зависимости от игровой ситуации; разучить способы подачи волана.
3. Развивать смекалку, сообразительность, согласованность движений.
4. Воспитывать увлеченность игрой, желание играть самостоятельно, уверенность в своих силах.

Подвижные игры

С бегом: «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

С прыжками: «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

С метанием и ловлей: «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

С ползанием и лазаньем: «Перелет птиц», «Ловля обезьян».

Эстафеты: «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования: «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

Народные игры: «Гори, гори ясно!», лапта.

2.2. Виды интеграции образовательной области «Физическое развитие»

Основания интеграции	
По задачам и содержанию образовательной деятельности	По средствам организации и оптимизации образовательного процесса
«Социально-коммуникативное развитие» (приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности, овладение навыками ухода за физкультурным инвентарём и спортивной одеждой; «Речевое развитие» (развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение) «Познавательное развитие» (в части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской деятельности), формирования элементарных математических представлений (ориентировка в пространстве, временные, количественные отношения и т. д.). «Художественно-эстетическое развитие» (развитие музыкально-ритмической деятельности, выразительности движений, двигательного творчества на основе физических качеств и основных движений детей).	«Речевое развитие» (речевое сопровождение всех видов двигательной активности детей, использование художественных произведений для формирования первичных ценностных представлений о здоровом образе жизни). «Художественно-эстетическое развитие» (использование музыкально-ритмической и продуктивной деятельности с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики; использование музыкальных произведений в качестве музыкального сопровождения различных видов двигательной активности).

2.3. Основные формы организации образовательного процесса

Совместная деятельность взрослого и детей		Самостоятельная	Совместная
Образовательная деятельность осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности	Образовательная деятельность, осуществляемая в режимных моментах	Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с семьёй
Формы организации детей			
Групповая Подгрупповая Индивидуальная	Групповая Подгрупповая Индивидуальная	Подгрупповая Индивидуальная	Групповая Подгрупповая Индивидуальная
Формы работы			
Спортивные Состязания Спартакиада Сдача норм ГТО Спортивный и физкультурный досуги Спортивные упражнения Физкультурное занятие	Спортивные упражнения Утренняя гимнастика: -классическая, -игровая - музыкально-ритмическая Полоса препятствий, Имитационные движения.	Подвижные, спортивные игры и упражнения	Досуги Спортивные праздники Дни здоровья Фотовыставки

Утренняя гимнастика Чтение Экспериментирование	Физминутка		
--	------------	--	--

2.4. Методическое обеспечение

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ
«Физическое развитие дошкольников», часть 1 «Охрана и укрепление здоровья», часть 2 «Формирование двигательного опыта и физических качеств» под редакцией Микляевой Н.В. – М.: ТЦ Сфера, 2015
Аверина И.Е. «Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ» - Москва, «Айрис Пресс», 2007
Возная В.И., Коновалова И.Т., Кулик Г.И., Сергиенко Н.Н., Резяпова С.З. «Организация воспитательной и оздоровительной работы в ДОУ» - Москва, «Сфера», 2006
Галанов А.С. «Игры, которые лечат» от 1-3, от 3-5 лет. Москва, ТЦ Сфера 2006
Галанов А.С. «Психическое и физическое развитие ребенка от 1 года до 3 лет; от 3 до 5 лет» - Москва, изд. Аркти, 2006
Галигузова Л.Н., Мещерякова С.Ю. Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста – М.: Мозаика-Синтез, 2007
Галигузова Л.Н., Мещерякова С.Ю. Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста – М.: Мозаика-Синтез, 2007
Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. «Методика физического воспитания детей дошкольного возраста» - Москва, «Владос», 1999
Голицина Н.С., Шумова И.М. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей» Москва 2008
Гулидова Т.В., Мышкина Н.А., Недомеркова И.Н. «Проект образовательной программы «Энциклопедия здоровья» Модель взаимодействия ДОО и семьи – Волгоград, изд «Учитель», 2016
Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения: модели программ, рекомендации, разработки занятий /авт.-сост. М.А.Павлова, М.В. Лысогорская, канд.психол.наук. – Волгоград: Учитель, 2014.-186 с.
Кареева Т.Г. «Формирование здорового образа жизни у дошкольников» Планирование, система работы – Волгоград, изд. «Учитель», 2016
Картушина М.Ю. «Быть здоровыми хотим». « Мозаика-Синтез» Москва 2004
Козырева О.В. «Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников» - Москва, «Просвещение», 2007
Мальши, физкульт-привет! Система работы по развитию основных движений детей раннего возраста – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2006
Мальши, физкульт-привет! Система работы по развитию основных движений детей раннего возраста – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2006
Мониторинг физического развития детей. Диагностический журнал. Ранний возраст – Волгоград, изд. Учитель, 2012
Мониторинг физического развития детей. Диагностический журнал. Ранний возраст – Волгоград, изд. Учитель, 2012
Мониторинг физического развития детей. Средняя группа – Волгоград, изд. Учитель, 2012
Павлова М.А., Лысогорская М.В. «Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения» Модели программ, рекомендации, разработки занятий – Волгоград, изд. «Учитель», 2014
Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду (младшая группа, средняя гр., старшая гр., подготовительная г.) М.: Мозаика-Синтез, 2009
Проект образовательной программы «Энциклопедия здоровья». Модель взаимодействия ДОО и семьи /авт.-сост. Т.В.Гулидова, Н.А.Мышкина, И.Н. Недомеркова. – Волгоград: Учитель, 2016. – 77 с.

Прищепа С.С. «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет»- Москва, «Сфера», 2009
Рунова М.А. «Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 3-4 лет; 4-5 лет» - Москва, «Просвещение», 2007
Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е. Физкульт-привет минуткам и паузам! – Санкт-Петербург, изд. Детство-Пресс, 2005
Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. - М.: Мозаика-Синтез, 2006
Тихомирова Л.Ф. «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет» - Ярославль, Академия развития, 2003
Физическое воспитание детей 2-7 лет. Развернутое перспективное планирование по программе под редакцией М.А.Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С.Комаровой. – Волгоград, издательство «Учитель», 2009
Шишкина В.А. «Движение + движения» - Москва, Просвещение
Шишкина В.А. «Движение + движения» - Москва, Просвещение
Шорыгина Т.А. «Беседы о здоровье» - Москва, «Сфера», 2005
Яковлева Л.В., Юдина Р.А. «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет» - Москва, ГИЦ «Владос», 2004

2.5. Режим двигательной активности:

Формы организации и объем образовательного процесса.

Формы педагогической работы	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Физкультурные занятия в зале	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Физкультурные занятия на воздухе.	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
<i>Объем (время)</i>	10 мин	15мин	20 мин	25 мин.	30мин.
<i>Количество в неделю</i>	3	3	3	3	3
<i>Количество в месяц</i>	12	12	12	12	12
Физкультурный досуг	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц

Физкультурные занятия являются ведущей формой двигательной культуры детей в ДОУ.

Опираясь на современные программы, в ДОУ используются различные формы проведения занятий.

Физическое воспитание детей должно быть направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует

осуществлять с учетом здоровья, возраста детей и времени года.

Рекомендуется использовать *формы двигательной деятельности*: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения. Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

Непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет организуют не менее 3 раз в неделю. Ее длительность зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - 15 мин.,
- в средней группе - 20 мин.,
- в старшей группе – 25 мин.,
- в подготовительной группе - 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет следует круглогодично организовывать непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей на открытом воздухе. Ее 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 непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию максимально организуют на открытом воздухе.

Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.

Следует предусмотреть объем двигательной активности воспитанников 5 - 7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности до 6 - 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных организаций.

В летний период непосредственно образовательную деятельность проводить не рекомендуется. Рекомендуется проводить спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, развлечения, экскурсии, мероприятия художественно-эстетического цикла, а также увеличивать продолжительность прогулок.

2.6. Организация оздоровительных мероприятий

Профилактика

1. Комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки.
2. Комплексы по профилактике плоскостопия.
3. Дыхательная гимнастика
4. Снятие умственной усталости во время занятий (релаксационные паузы, физкультминутки, массаж ушных раковин)
5. Прогулки
6. Закаливание:
 - Сон без маек
 - Ходьба босиком
 - Обширное умывание
 - Закаливания (топтание по коврику с шипами, по мокрым дорожкам, полоскание полости рта

7. Оптимальный двигательный режим

Коррекция

Упражнения на коррекцию плоскостопия.

Упражнения на коррекцию сколиоза.

Упражнения на коррекцию зрения.

Комплекс оздоровительных мероприятий по возрастным группам

Младший дошкольный возраст

1. Приём детей на улице (в летний период)
2. Утренняя гимнастика
3. Физкультурные занятия в зале (в носках) и на прогулке
4. Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения
5. Чесночные «киндеры»
6. Фитонциды (лук, чеснок)
7. Прогулки
8. Оптимальный двигательный режим
9. Сон без маек
10. Дыхательная гимнастика в кроватях
11. Закаливание
12. Обширное умывание, ходьба босиком
13. Упражнения на профилактику плоскостопия + индивидуальная работа по коррекции плоскостопия и уплощения стопы

Старший дошкольный возраст

1. Приём детей на улице (в летний период)
2. Утренняя гимнастика
3. Физкультурные занятия в зале (в носках) и на прогулке
4. Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения, массаж ушных раковин
5. Чесночные «киндеры»
6. Фитонциды (лук, чеснок)
7. Прогулки
8. Оптимальный двигательный режим
9. Сон без маек
10. Дыхательная гимнастика в кроватях
11. Закаливание
12. Обширное умывание, ходьба босиком
13. Упражнения на профилактику плоскостопия + индивидуальная работа по коррекции плоскостопия и уплощения стопы

Современные оздоравливающие и здоровьесберегающие технологии.

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения
1. Ритмопластика	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин.	Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка.

2. Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех групп	Игры подбираются с соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр.
3.Релаксация	В зависимости от состояния детей и целей. Для всех групп	Использование спокойной классической музыки (Чайковский, Рахманинов), звуки природы.
4.Гимнастика пальчиковая	Индивидуально, подгруппой, группой	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами
5.Гимнастика для глаз	в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки	использование наглядного материала, показ
6. Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры
7. Гимнастика корригирующая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей
8.Гимнастика ортопедическая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы
9.Физкультурное занятие	3 раза в неделю 2 в спортивном зале, 1 на прогулке. (15-30 мин).	проводятся в соответствии программой ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение
10.Самомассаж	в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму
11.Точечный самомассаж	Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды	Проводится строго по специальной методике. Показана детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР-органов. Используется наглядный материал
12. Динамические паузы	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и

		других в зависимости от вида занятия
13. Игровой час во вторую половину дня	Для всех возрастных групп, в игровых зонах	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения.
14. Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ
15. Игротренинги и игротерапия	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом	Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности
16. Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю по 30 мин.	Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.
15. Занятия из серии «Здоровье»	1 раз в неделю по 30 мин. со ст. возраста	Включены в сетку занятий в качестве познавательного развития
16. Технологии музыкального воздействия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.
17. Сказкотерапия	2-4 занятия в месяц по 30 мин	Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей

2.7. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик образовательной области «Физическое развитие»

Формы ОД	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Развитие культурно-гигиенических навыков					
Развитие навыков самообслуживания	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Формирование культурно-гигиенических навыков	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Игры:					
- развивающие	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
- оздоровительные	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
- подвижные	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
- спортивные	-	1 раза в неделю	1 раза в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Формы творческой активности:					
Сюжетно-физкультурное занятие	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Познавательно-исследовательская деятельность:					
Спартакиада дошкольников	-	-	-	-	1 раз в квартал
- беседы с детьми (ОБЖ, о здоровье, о спорте и т.п.)	-	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Культурно-досуговая деятельность:					
Спортивные праздники	-	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Спортивные развлечения	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
Досуги	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
День здоровья	—	—	—	1 раз в полугодие	1 раз в полугодие

2.8. Способы и направления поддержки детской инициативы

Построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка является главным условием развития и поддержки детской инициативы.

Сбор информации, оценку развития ребенка, и проектирование образовательного процесса на основании полученных выводов проводят педагоги при участии родителей посредством наблюдения за ребенком в естественных ситуациях.

Таким образом, сама деятельность детей в заданных образовательных условиях должна давать педагогу и родителям возможность непосредственно, через обычное наблюдение получать представление об их развитии в отношении к психолого-педагогической нормативной картине. При этом, наблюдаемые и фиксируемые тем, или иным образом функциональные приобретения ребенка не должны рассматриваться как

самоцель, а лишь как средство развития его самоопределяющейся в человеческой культуре и социуме личности.

Основанием выделения сторон (сфер) инициативы послужили мотивационно-содержательные характеристики деятельности, т.е. собственно предметно-содержательная направленность активности ребенка.

К этим сторонам (сферам) инициативы отнесены:

- 1) творческая инициатива (включенность в сюжетную игру как основную творческую деятельность ребенка, где развиваются воображение, образное мышление)
- 2) инициатива как целеполагание и волевое усилие (включенность в разные виды продуктивной деятельности – рисование, лепку, конструирование, требующие усилий по преодолению "сопротивления" материала, где развиваются произвольность, планирующая функция речи)
- 3) коммуникативная инициатива (включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи)
- 4) познавательная инициатива – любознательность (включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родо-видовые отношения)

Условия, необходимые для создания социальной ситуации развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста, предполагают:

- 1) обеспечение эмоционального благополучия через:
 - непосредственное общение с каждым ребенком;
 - уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям;
- 2) поддержку индивидуальности и инициативы детей через:
 - создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
 - создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
 - недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т.д.);
- 3) установление правил взаимодействия в разных ситуациях:
 - создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья;
 - развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих разрешать конфликтные ситуации со сверстниками;
 - развитие умения детей работать в группе сверстников;
- 4) построение вариативного развивающего образования, ориентированного на уровень развития, проявляющийся у ребенка в совместной деятельности со взрослым и более опытными сверстниками, но не актуализирующийся в его индивидуальной деятельности (далее - зона ближайшего развития каждого ребенка), через:
 - создание условий для овладения культурными средствами деятельности;
 - организацию видов деятельности, способствующих развитию мышления, речи, общения, воображения и детского творчества, личностного, физического и художественно-эстетического развития детей;
 - поддержку спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства;
 - оценку индивидуального развития детей;

5) взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.

2.9. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Семья является институтом первичной социализации и образования, который оказывает большое влияние на развитие ребенка в младенческом, раннем и дошкольном возрасте. Поэтому педагогам, при реализации Программы, необходимо учитывать такие факторы, как: условия жизни в семье, состав семьи, ее ценности и традиции, а также уважать и признавать способности и достижения родителей (законных представителей) в деле воспитания и развития их детей.

В основу совместной деятельности семьи и дошкольной образовательной организации заложены следующие *принципы*:

- Сотрудничество через диалог
- Партнёрские отношения, взаимное доверие
- Единый подход к процессу воспитания ребёнка
- Открытость дошкольного учреждения для родителей
- Уважение и доброжелательность друг к другу
- Дифференцированный подход к каждой семье

Задачи:

1. Формирование психолого-педагогических знаний родителей
2. Приобщение родителей к участию в образовательной работе дошкольной
3. Оказание помощи семьям воспитанников в развитии, воспитании и обучении детей
4. Изучение и пропаганда лучшего семейного опыта

Основанием для определения форм и методов взаимодействия с семьями воспитанников служат нормативные документы, закрепляющие основу взаимодействия, современные исследования основных направлений взаимодействия ДОО и семьи, среди которых:

- *наглядно-информационные* - нацелены на знакомство родителей с условиями, задачами, содержанием и методами воспитания детей, способствуют преодолению поверхностного суждения о роли детского сада, оказывают практическую помощь семье. К ним относятся фотографии, выставки детского творчества, стенды, буклеты, памятки, ширмы, папки- передвижки, аудиозаписи бесед с детьми, видеофрагменты различных видов деятельности, режимных моментов и др.;

- *информационно-аналитические* — способствуют организации общения с родителями, их основной задачей являются сбор, обработка и использование данных о семье каждого воспитанника, общекультурном уровне его родителей, наличие у них необходимых педагогических знаний, отношении в семье к ребенку, запросах, интересах, потребностях родителей в психологопедагогической информации. На основе анализа этих данных возможны осуществление индивидуального, личностно-ориентированного подхода к ребенку в условиях дошкольного учреждения и построение грамотного общения с родителями.

- *досуговые* — обеспечивают установление неформальных отношений между педагогами и родителями, более доверительных отношений между родителями и детьми: совместные праздники, досуги, развлечения и др.

- *информационно-ознакомительные* - нацелены на преодоление поверхностных представлений о работе дошкольного учреждения путем ознакомления родителей с самим дошкольным учреждением, особенностями его работы и педагогами: дни открытых дверей, открытые просмотры и др.

Система взаимодействия с родителями предусматривает:

- использование как традиционных, так и нетрадиционных форм работы с родителями воспитанников: родительские собрания, индивидуальные и групповые консультации, консультации по запросам, анкетирование, беседы, родительские тренинги, практикумы, родительские чтения, педагогические гостиные, круглые столы, семинары-практикумы, устные журналы и др.

- использование различных форм непосредственного вовлечения родителей в образовательную деятельность - организация совместной деятельности в системе «ребенок-родитель-педагог», привлечение родителей к участию в непосредственно образовательной деятельности, в утренниках, праздниках, спектаклях в качестве исполнителей ролей; участие в акциях, в совместной исследовательской и проектной деятельности, участие в конкурсах по реализации проектов; участие в выставках совместного творчества, изготовление плакатов и газет различной тематики, изготовление фотоколлажей и др.

Система взаимодействия с родителями включает:

- ознакомление родителей с результатами работы дошкольной образовательной организации на общих родительских собраниях, анализом участия родительской общественности в жизни детского сада;

- ознакомление родителей с содержанием работы дошкольной образовательной организации, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;

- участие в составлении планов: спортивных и культурно-массовых мероприятий, работы родительского комитета;

- целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах;

- обучение родителей конкретным приемам и методам воспитания и развития ребенка в разных видах детской деятельности на конференциях, семинарах-практикумах, консультациях, открытых мероприятиях и др.

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

Консультации

Беседы

Совместные занятия, 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.

Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников
«Физическое развитие»

1. Предоставление в распоряжение родителей программы, ознакомление родителей с критериями оценки здоровья детей с целью обеспечения смысловой однозначности информации.
2. Персонализация передачи информации о здоровье и физическом развитии каждого ребенка, реализуемой разнообразными средствами («Лист здоровья», «Адаптированная образовательная программа (развитие ребенка с ОВЗ)» «Индивидуальный маршрут развития ребёнка», «Индивидуальная карточка сдачи норм ГТО» и др.)
3. Проведение «Дня здоровья», спортивных праздников с родителями.
4. Создание специальных стендов, размещение информации на официальном сайте МАДОУ № 18

2.10. Сетевое взаимодействие

Одним из путей повышения качества дошкольного образования является установление прочных связей с социумом, как главного акцентного направления дошкольного образования. ребенка, что в конечном итоге ведет к повышению качества дошкольного образования.

Цель: развитие связей детского сада с учреждениями образования, культуры и досуга, внутренних дел, физической культуры и спорта.

Задачи:

1. Расширения кругозора дошкольников
2. Освоения предметного и природного окружения, развития мышления, обогащения словаря, знакомства с историей, традициями земляков.
3. Формирование навыков общения в различных социальных ситуациях, с людьми разного пола, возраста, национальности, с представителями разных профессий;
4. Воспитания уважения к труду взрослых.

Развитие социальных связей дошкольной организации с культурными, спортивными и научными центрами дает дополнительный импульс для духовного развития и обогащения личности ребенка, совершенствует конструктивные взаимоотношения с родителями, строящиеся на идее социального партнерства. Одновременно этот процесс способствует росту профессионального мастерства всех специалистов детского сада, работающих с детьми, поднимает статус учреждения, указывает на особую роль его социальных связей в развитии каждой личности и тех взрослых, которые входят в ближайшее окружение

Связи с социумом строятся на основе принципов установления коммуникаций между детским садом и социумом, учета запросов общественности, принятия политики детского сада социумом, сохранения и укрепления имиджа дошкольной организации в обществе.

<i>Социальные партнёры</i>	<i>Формы взаимодействия</i>
Детская поселковая библиотека	Посещение читального зала, чтение и обмен книг, просмотры кукольных спектаклей, участие в тематических выставках рисунков, викторины, КВН.
Дом детского	Посещение музея шахтерской славы, геологического музея, участие в

творчества № 22	мероприятиях поселка, конкурсах, выставках.
Детский центр образования и профориентации	Сотрудничество с целью осуществления мероприятий по профориентации и формированию инженерных компетенций у детей, предоставляя возможность воспитанникам детского сада и воспитателям возможность пользования методическими, учебными, информационными материалами.
ДЮСШ № 25	Участие в поселковой Спартакиаде среди ДООУ (детей 6-7 лет), участие в спортивных праздниках ко Дню защиты детей, «Мама, папа, я – спортивная семья»
Детские сады поселка	Творческие встречи, соревнования, совместные выставки рисунков
Центр культуры и кино «Родина»	Посещение кинолекториев, батута, участие в творческих конкурсах
Школы № 8, № 9	Адаптация детей к школьному обучению (посещение школьного музея, уроков, экскурсии, шефская помощь, организация праздников и т.п)
ОГИБДД	Профилактика детского дорожного травматизма (викторины, познавательные игры, экскурсии, чтение худож.литературы, просмотры обучающих фильмов, общение с сотрудниками ОГИБДД)
Пожарная часть	Повышение знаний о пожарной безопасности (викторины, чтение худож.литературы, просмотры обучающих фильмов, подвижные игры, игры-соревнования, экскурсии в пож.часть, общение с сотрудниками МЧС)

2.11. Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО

В настоящее время особую актуальность имеет проблема состояния здоровья и физического развития детей дошкольного возраста. Одной из приоритетных задач современного общества всегда называли воспитание здорового человека, стремящегося быть успешным в жизни. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превратилось в первоочередную социальную проблему. Возрождение комплекса ГТО в образовательных организациях, является актуальным.

С целью развития популяризации физкультурно-оздоровительной и спортивной работы, пропаганды здорового образа жизни, привлечения к систематическим занятиям физкультурой и спортом детей дошкольного использовать в работе МАДОУ № 18 Положение о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) от 24 марта 2014г. №172.

Цель: приобщение воспитанников к физкультуре и спорту и формирование ценностей здорового образа жизни.

Задачи:

- Познакомить воспитанников с программой ГТО и традицией проведения.
- Формировать начальные представления о некоторых видах спорта.
- Развивать двигательные навыки и физические качества воспитанников через спортивные и подвижные игры с правилами.
- Мотивировать воспитанников к занятиям физической культурой и спортом.
- Вовлекать родителей в образовательный процесс.

*Примерный график сдачи нормативов физкультурного комплекса ГТО
воспитанниками ДОУ*

Месяц	Виды движений
сентябрь	Бег 30 метров
октябрь	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу
ноябрь	Наклон вперед, из положения стоя, с прямыми ногами на полу
декабрь	Ходьба на лыжах (смешанное передвижение на 1,5 километра по пересеченной местности)
январь	
февраль	Лыжные соревнования «Лыжня России», Спартакиада «Весёлые старты»
март	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами
апрель	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 метров
май	Смешанное передвижение (1 километр) Подведение итогов

Климатические особенности Свердловской области имеют свои особенности: с прорывами холодных арктических воздушных масс связана на Урале изменчивость погоды осенью, весной и даже летом. Зима морозная.

Исходя из этого, в образовательный процесс МАДОУ № 18 включены мероприятия, направленные на оздоровление детей и предупреждение заболеваемости.

Осенью и весной (при благоприятных погодных условиях: сентябрь, май) удлиняется пребывание детей на прогулке. В теплое время (летом) – жизнедеятельность детей, преимущественно, организуется на открытом воздухе, за исключением жаркой погоды, изобилие кровососущих насекомых.

Педагогами, совместно с медицинским персоналом разработана программа «Здоровый ребенок». Работа проводится по двум направлениям: оздоровительно-профилактические мероприятия и здоровьесберегающие педагогические технологии.

Один раз в полугодие в старшей и подготовительной к школе группах проводятся тематические Дни здоровья. Содержание образовательной работы в такие дни направлено на формирование основ культуры здоровья у дошкольников. Режим дня насыщается активной двигательной деятельностью, играми, решением занимательных задач, встречами с интересными людьми, «персонажами» любимых книг и др. Итогом таких дней являются проведение совместных мероприятий с родителями: физкультурных праздников, досугов, викторин, конкурсов.

Содержание дошкольного образования в МАДОУ № 18 включает в себя вопросы истории и культуры родного посёлка, природного, социального и рукотворного мира. В работе с детьми и родителями дошкольников помогают социальные партнёры: Буланашский Дом Детского творчества, Центр культуры и кино «Родина», поселковая детская библиотека, ДЮСШ № 25.

2.12. Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений.

Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений предполагает бесплатные услуги в целях:

- наиболее полного удовлетворения растущих запросов и потребностей воспитанников и родителей;
- развитие интеллектуального и личностного развития каждого ребенка;
- формирование музыкальных и художественно-творческих способностей воспитанников;
- укрепление физического и психического здоровья детей.

Для этого в детском саду созданы все необходимые условия:

- соответствие помещений действующим санитарным правилам и нормам ;
- соответствие требованиям по охране и безопасности здоровья воспитанников;
- качественное кадровое обеспечение;
- необходимое учебно-методическое и техническое обеспечение.

. Для этого в детском саду организовываются различные занятия, кружки, студии:

Кружки, секции, студии	возраст детей	Бюджетные	На платной основе	Руководитель ФИО, должность
Секция «Школа мяча»	5-7 лет	+	-	
Секция «Остров здоровья»	Ослабленные дети по состоянию здоровья (подгруппа)	+	-	Курбатова Е.В. Инструктор по физ.культуре
Студия «Улыбка» Театр танца	6-7 лет	+	-	Губанова О.В., муз.работник
Занятие по художественно-прикладному творчеству	5-7 лет	+	-	Воспитатели старшей, подготовительной групп

2.13. Коррекционно-развивающая работа с детьми с ограниченными возможностями здоровья

Содержание коррекционной работы при поступлении в МАДОУ № 18 детей с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) будет направлено на обеспечение коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии различных категорий детей с ОВЗ и оказание помощи детям этой категории в освоении программы.

Содержание коррекционной работы должно обеспечивать:

- выявление особых образовательных потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии;
- осуществление индивидуально ориентированной психолого-медико-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей детей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии);
- возможность освоения детьми с ограниченными возможностями здоровья программы и их интеграции в образовательном учреждении.

В содержании коррекционной работы должно быть отражено взаимодействие в разработке и реализации коррекционных мероприятий воспитателей, специалистов образовательного учреждения (музыкального руководителя, воспитателя или инструктора по физической культуре, других педагогов), специалистов в области коррекционной педагогики, медицинских работников образовательного учреждения и других организаций, специализирующихся в области оказания поддержки детям с ограниченными возможностями здоровья.

В случае невозможности комплексного усвоения воспитанником программы из-за тяжести физических и (или) психических нарушений, подтвержденных в установленном порядке психолого-медико-педагогической комиссией, содержание коррекционной работы формируется с акцентом на социализацию воспитанника и формирование практически-ориентированных навыков.

***МОДЕЛИ СОВМЕСТНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЗДОРОВЫХ ДЕТЕЙ И ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА***

Образовательная интеграция – закономерный этап развития системы специального образования.

Дошкольное детство - наиболее благоприятный период осуществления совместного воспитания и обучения.

Среди детей с ОВЗ большую группу составляют дети с отклонениями в развитии:

- с нарушением слуха (глухие, слабослышащие, позднооглохшие);
- с нарушением зрения (слепые, слабовидящие, с косоглазием и амблиопией);
- с тяжелыми речевыми нарушениями;
- с нарушениями опорно-двигательного аппарата;
- с задержкой психического развития;
- с нарушением интеллекта (умственно отсталые);
- с ранним детским аутизмом;
- со сложной структурой нарушений (с тяжелыми множественными нарушениями).

Все дети нуждаются в совместном воспитании и обучении. Но для них необходимы разные модели образовательной интеграции: постоянная полная, постоянная неполная, постоянная частичная, временная частичная, эпизодическая.

• **Постоянная полная интеграция**

Ребенок с отклонением в развитии, уровень психофизического и речевого развития которого близок к возрастной норме, на равных воспитывается и обучается в массовой дошкольной группе.

Специальная коррекционная помощь инклюзивному (интегрированному) ребенку оказывается: внутри учреждения, вне учреждения.

• **Постоянная частичная интеграция**

Ребенок с отклонением в развитии, уровень психофизического и речевого развития которого близок к возрастной норме лишь по отдельным линиям развития постоянно посещает отдельные занятия в массовой группе (во второй половине дня).

• **Временная частичная интеграция**

Все дети с отклонениями в развитии, вне зависимости уровня их психофизического и речевого развития, объединяются со здоровыми детьми ежедневно на прогулках, на праздниках и для проведения совместных занятий и различных мероприятий воспитательного характера (не реже 2 раз в месяц).

Базовые модели интегрированного обучения детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья

Название модели	Описание модели	Правила комплектования	Дозировка времени интеграции
Постоянная полная интеграция	эффективна для тех детей, чей уровень психофизического и речевого развития соответствует или приближается к возрастной норме, кто психологически готов к совместному со здоровыми сверстниками обучению	дети с отклонениями в развитии по 1-3 человека включаются в массовые группы ДОУ	ДОУ общеразвивающего вида дети в течение дня находятся с нормально развивающимися детьми
Постоянная частичная интеграция	полезна дошкольникам с различным уровнем психического развития, но не имеющим сочетанных нарушений Эффективна тем, кто способен наравне со своими нормально развивающимися сверстниками овладеть лишь небольшой частью необходимых умений и навыков, проводить	2/3 – нормально развивающиеся дети; 1/3 – дети с ограниченными возможностями здоровья	ДОУ общеразвивающего вида Ребенок постоянно посещает отдельные занятия в массовой группе (во второй половине дня).

	с ними только часть учебного и внеклассного времени		
--	---	--	--

Коррекционно-развивающая работа строится на принципах:

- системности коррекционных (исправления или сглаживание отклонений и нарушений развития, преодоление трудностей развития), профилактических (предупреждение отклонений и трудностей в развитии), развивающих (стимулирование, обогащение содержания развития, опора на зону ближайшего развития) задач;
- единства диагностики и коррекции;
- деятельностного подхода в коррекции – проведение коррекционно-развивающей работы через активизацию деятельности ребенка, в ходе которой создается необходимая основа для позитивных изменений в развитии личности ребенка;
- учета индивидуальных особенностей личности позволяющем наметить программу оптимизации в пределах психофизических особенностей каждого ребенка;
- учета эмоциональной окрашенности дидактического, развивающего материала – игры, упражнения создающие благоприятный, эмоциональный фон, стимулирующие положительные эмоции.

Для ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на базе основной образовательной программы дошкольного образования разрабатывается и реализуется адаптированная образовательная программа (инклюзивное образование) с учетом особенностей его психофизического развития, индивидуальных возможностей, обеспечивающая коррекцию нарушений развития и его социальную адаптацию.

В адаптированной образовательной программе определяется специфическое для ребенка с ОВЗ соотношение форм и видов деятельности, индивидуализированный объем и глубина содержания, специальные психолого-педагогические технологии, учебно-методические материалы и технические средства, содержание работы тьютора. Адаптированная образовательная программа обсуждается и реализуется с участием родителей (законных представителей) ребенка. В ее структуру, в зависимости от психофизического развития и возможностей ребенка, структуры и тяжести недостатков, интегрируются необходимые модули коррекционных программ, комплексов методических рекомендаций по проведению занятий с детьми с ОВЗ и т. д.

Координация реализации программ образования осуществляется на заседаниях психолого-медико-педагогического консилиума дошкольной образовательной организации с участием всех педагогов и специалистов, задействованных в реализации образовательных программ.

При создании условий для работы с ребёнком-инвалидом учитывается индивидуальная программа реабилитации ребёнка-инвалида. В дошкольной образовательной организации разрабатывается индивидуальная программа ребёнка-инвалида, где прописываются мероприятия медицинской, психолого-педагогической, социальной, физкультурно-оздоровительной реабилитации или абилитации. Программа согласовывается с родителями (законными представителями) ребёнка.

Психолого-медико-педагогический консилиумом МАДОУ № 18 ежегодно выявляет детей «группы риска» находящихся на диспансерном учете, с трудностями в поведении, социализации и другими проблемами развития. На каждого ребенка «группы риска» разрабатывается «Индивидуальный маршрут развития», в котором прописывается

программа психолого-медико-педагогического сопровождения. Индивидуальный маршрут развития согласовывается с родителями (законными представителями) ребёнка.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка

Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих развитие ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами.

1. Личностно-порождающее взаимодействие взрослых с детьми, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и пр.; обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний и жизненных навыков.

2. Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности, то есть сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка, стимулирование самооценки.

3. Формирование игры как важнейшего фактора развития ребенка.

4. Создание развивающей образовательной среды, способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребенка и сохранению его индивидуальности.

5. Сбалансированность репродуктивной (воспроизводящей готовый образец) **и продуктивной** (производящей субъективно новый продукт) **деятельности,** то есть деятельности по освоению культурных форм и образцов и детской исследовательской, творческой деятельности; совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности.

6. Участие семьи как необходимое условие для полноценного развития ребенка дошкольного возраста.

7. Профессиональное развитие педагогов, направленное на развитие профессиональных компетентностей, в том числе коммуникативной компетентности и мастерства мотивирования ребенка, а также владения правилами безопасного пользования Интернетом, предполагающее создание сетевого взаимодействия педагогов и управленцев, работающих по Программе.

3.2. Режим дня

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

В ДОО используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум.

Родители имеют право выбора режима посещения ДОО. Продолжительность работы МБДОУ – 10 часов (с 7.30 – 17.30 час.)

Время организации основных режимных процессов в детском саду и дома согласовывается с родителями.

При организации режима формируется образ жизни ребенка, закладываются основы здоровой организации жизни на будущее, когда рядом может не оказаться воспитателей и подрастающему человеку многое придется решать самому. Итогами этой кропотливой работы с детьми на протяжении всех лет должны стать:

- понимание ребенком необходимости планировать свое время в течении Дня, то есть понимание необходимости так называемого распорядка дня (ив детском саду, и дома);
- знание ребенком жизненно необходимых компонентов распорядка дня, без которых нельзя вырасти сильным, красивым, здоровым;
- умение самостоятельно готовиться к таким постоянным компонентам распорядка дня, как прогулка, прием пищи, сон.

Важнейшие требования организации режимных процессов:

- Спокойный, доброжелательный тон воспитателя.
- Отсутствие напряженности и ускоренного темпа проведения режимных процессов.
- Недопустимость сокращения времени в режиме дня, отведенного для игровой деятельности детей, т.к. она является ведущей в дошкольном возрасте.

Рациональный режим дня предусматривает:

- Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 - 4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.

Во время прогулки с детьми необходимо проводить игры и физические упражнения. Подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДО.

- Дневной сон. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2,0 - 2,5 отводится дневному сну. Оптимальным является организация дневного сна на воздухе (веранды). Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр.

- Самостоятельная деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 - 4 часов.

- Непосредственная образовательная деятельность. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, включая реализацию дополнительных образовательных программ, для детей дошкольного возраста составляет: в младшей группе (дети четвертого года жизни) - 2 часа 45 мин., в средней группе (дети пятого года жизни) - 4 часа, в старшей группе (дети шестого года жизни) - 6 часов 15 минут, в подготовительной (дети седьмого года жизни) - 8 часов 30 минут.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей 4-го года жизни - не более 15 минут, для детей 5-го года жизни - не более 20 минут, для детей 6-го года жизни - не более 25 минут, а для детей 7-го года жизни - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Непосредственно образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине

непосредственно образовательной деятельности статического характера проводят физкультминутку.

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

Физическое воспитание детей должно быть направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста детей и времени года.

Рекомендуется использовать *формы двигательной деятельности*: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения. Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

Непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет организуют не менее 3 раз в неделю. Ее длительность зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - 15 мин.,
- в средней группе - 20 мин.,
- в старшей группе – 25 мин.,
- в подготовительной группе - 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет следует круглогодично организовывать непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей на открытом воздухе. Ее 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 непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию максимально организуют на открытом воздухе.

Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.

Следует предусмотреть объем двигательной активности воспитанников 5 - 7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности до 6 - 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных организаций.

В летний период непосредственно образовательную деятельность проводить не рекомендуется. Рекомендуется проводить спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, развлечения, экскурсии, мероприятия художественно-эстетического цикла, а также увеличивать продолжительность прогулок.

Подробнее см: СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях». Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013г. № 26

<i>Режимные моменты</i>	<i>Группа раннего возраста (2-3 лет)</i>	<i>Младшая группа</i>	<i>Средняя группа</i>	<i>Старшая группа</i>	<i>Подготовительная группа</i>
Утренний приём детей, общение с родителями, игры, самостоятельная деятельность детей, утренняя гимнастика	7.30-8.15	7.30-8.20	7.30-8.25	7.30-8.30	7.30-8.40
Подготовка к завтраку,	8.15-8.35	8.20-8.40	8.25-8.45	8.30-8.45	8.40-8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.35-9.00	8.40-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00
Непосредственно образовательная деятельность, занятия со специалистами	9.00-9.10	9.00-9.40	9.00-10.10	9.00-10.25	9.00-11.05
Игры. Самостоятельная деятельность. Второй завтрак	9.20-9.50	9.40-10.00	9.50-10.20	9.55-10.50	10.10-11.05
Подготовка к прогулке, прогулка	9.50-11.10	10.00-11.20	10.20-11.40	10.50-12.10	11.05-12.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.10-11.30	11.20-11.40	11.40-12.00	12.10-12.25	12.40-12.50
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.40-12.10	12.00-12.25	12.25-12.45	12.50-13.15
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.10-15.00	12.25-15.00	12.45-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, дорожка «Здоровье», самостоятельная деятельность	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику. Полдник	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.15-15.35	15.15-15.35
Игры, самостоятельная и совместная деятельность (в старшем возрасте – организованная деятельность)	15.35-16.30	15.40-16.30	15.40-16.35	15.35-16.40	15.35-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.30-17.30	16.30-17.30	16.35-17.30	16.40-17.30	16.40-17.30

3.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда (далее РППС) – часть образовательной среды, представленная специально организованным пространством (помещениями МБДОУ № 30, прилегающими территориями, предназначенными для реализации Программы), материалами, оборудованием, электронными образовательными ресурсами (в том числе развивающими компьютерными играми) и средствами обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, предоставляющими возможность учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

В соответствии ФГОС дошкольного образования РППС обеспечивает и гарантирует:

- охрану и укрепление физического и психического здоровья и эмоционального благополучия детей, в том числе с учетом специфики информационной социализации и рисков Интернет-ресурсов, проявление уважения к их человеческому достоинству, чувствам и потребностям, формирование и поддержку положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях, в том числе при взаимодействии детей друг с другом и в коллективной работе;

- максимальную реализацию образовательного потенциала пространства Организации, группы и прилегающих территорий, приспособленных для реализации образовательной программы, а также материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможностями 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;

- создание условий для ежедневной трудовой деятельности и мотивации непрерывного самосовершенствования и профессионального развития педагогических работников, а также содействие в определении собственных целей, личных и профессиональных потребностей и мотивов;

- открытость дошкольного образования и вовлечение родителей (законных представителей) непосредственно в образовательную деятельность, осуществление их поддержки в деле образования и воспитания детей, охране и укреплении их здоровья, а также поддержки образовательных инициатив внутри семьи;

- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на уважение достоинства и личности, интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития и соответствующие возрастные и индивидуальные особенности (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);

- создание равных условий, максимально способствующих реализации различных образовательных программ в Организации, для детей, принадлежащих к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющих различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья.

Развивающая предметно-пространственная среда создается педагогами для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его возможностей, уровня активности и интересов, поддерживая формирование его индивидуальной траектории развития.

Для выполнения этой задачи РППС должна быть:

- содержательно-насыщенной* – включать средства обучения (в том числе технические и информационные), 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, мотивов 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, а также правила безопасного пользования Интернетом.

При проектировании РППС учитывается целостность образовательного процесса дошкольной образовательной организации, в заданных ФГОС дошкольного образования образовательных областях: социально-коммуникативной, познавательной, речевой, художественно-эстетической и физической.

Предметно-пространственная среда обеспечивает условия:

- для физического и психического развития, охраны и укрепления здоровья, коррекции и компенсации недостатков развития детей.
- для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических и учебно-вспомогательных сотрудников.
- для развития игровой и познавательно-исследовательской деятельности детей.
- для познавательно-исследовательского развития детей
- для художественно-эстетического развития детей.

3.3.1. Система мониторинга

Мониторинг используется для выявления уровня

- развития интегративных качеств,
- усвоения детьми образовательной программы
 - уровня физического развития (основных движений),
- уровень сформированности начальных представлений о здоровом образе жизни.

Мониторинг основывается на промежуточных результатах освоения Программы, которые формируются в соответствии с ФГОС через раскрытие динамики формирования интегративного качества воспитанников в каждый возрастной период освоения Программы.

Планируемые промежуточные результаты указаны в основной программе «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ»

Педагогический анализ проводится 2 раза в год: в августе (4 неделя) и сентябре (первая неделя), в мае (1,2 недели).

Для детей, показавших низкий уровень по результатам первого обследования, разрабатывается индивидуальный образовательный маршрут, а в январе проводится промежуточная диагностика.

Диагностика усвоения программы

Компонент программы	Критерии усвоения	Методики обследования
Развитие физических качеств	Развитие скоростных, силовых качеств.	«Как продиагностировать физическую подготовленность дошкольника» С. Прищепа, Н. Попкова
Накопление и обогащение двигательного опыта	Владение основными движениями (бег, прыжки, метание)	
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	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 потребности в здоровом образе жизни.	«Диагностика культуры здоровья дошкольников» В.А.Деркунская

Методика проведения диагностики физического развития детей дошкольного возраста (проводит инструктор ФИЗО МАДОУ)

1. СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ КАЧЕСТВА:

Скорость бега на 10 м, с; Скорость бега на 30 м, с

Ребенок становится на линию старта. Инструктор, стоящий с боку от стартующего, подает команду «На старт!», «Внимание!» и поднимает вверх флажок. Убедившись, что ребенок готов к бегу, командует «Марш!» и одновременно опускает флажок. С опусканием флажка и началом движения ребенка включается секундомер. Ребенок бежит, минуя финиш до ориентира, не сбавляя скорости бега. Секундомер выключается после пересечения бегущим линии финиша. Дается две попытки, лучший результат фиксируется. Взрослому во время бега ребенка не следует корректировать его движения, подсказывать элементы техники.

Практика показывает, что при проведении тестирования в соревновательной форме (бег по два человека), результаты детей бывают выше.

Выносливость –бег на 300 м.с.

Цель: выполнять непрерывный, равномерный бег.

Дети по 5-6 человек строятся на линии старта. Игровой персонаж дает команду» бегом марш», дети бегут за персонажем, который задает ровный медленный темп бега. За 50м до окончания бега персонаж дает команду: «Кто вперед!». Дети ускоряются. После пересечения линии финиша дети должны перейти на ходьбу.

Продолжительность бега в медленном темпе, мин

Тестирование проводится в конце образовательного периода в физкультурном зале или на физкультурной площадке при благоприятных погодных условиях.

В течение образовательного периода с учетом тренированности ребенка продолжительность бега (в медленном или умеренном темпе) постепенно увеличивается с 15-30 секунд до 1-2,5 минут.

Челночный бег 3*10м.с.-«ловкость»

Быстрый бег по прямой, со сменой направления и предметов.

Инструктор на линии старта объясняет детям правила игры «Собираем урожай» После команды «На старт! Внимание! Марш!» - дети бегут до финиша грядки (круг диаметром 20-30 см), берут там овощ и возвращаются к линии старта, кладут овощ в корзину, затем быстро возвращаются к финишу – грядке.

Оценка уровня развития физических качеств детей проводится путем сравнения абсолютных величин результатов тестирования физической подготовленности каждого ребенка со средними возрастными значениями соответствующих показателей.

Прыжок в длину с места

Проводится в спортивном зале, желательно на резиновой дорожке с разметкой и зрительными ориентирами.

Ребенок становится на широкую линию отталкивания, не переступая ее ногами. Ноги расставлены на ширину плеч, выполняется взмах руками. Попытка дается 2-3 раза. Учитывается лучший результат, который определяется по месту касания дорожки пятками. При потере равновесия (шаг назад, касание руками пола, падение и т.д.) результат не засчитывается. Для повышения активности и интереса детей целесообразно на определенном расстоянии (чуть дальше среднего результата) разместить ориентиры (3 флажка) и предложить ребенку прыгнуть до самого дальнего из них.

2. СИЛОВЫЕ КАЧЕСТВА:

Дальность броска мяча (весом не более 1кг.), стоя у черты – способом из-за головы двумя руками.

Ребенок встает у контрольной линии, берет мяч и бросает его как можно дальше, при этом одна нога впереди, другая сзади. При броске мяча ступни ног ребенка не должны отрываться от пола. Ребенок совершает 2-3 броска, фиксируется лучший результат.

Дальность броска мешочка с песком правой (левой) рукой, м

Коридор для метания должен быть шириной не менее 3 м. И длиной 15 - 20 м. По команде педагога ребенок подходит к широкой линии, из исходного положения стоя производит бросок мешочка с песком одной рукой из-за головы, одна нога поставлена впереди другой на расстоянии шага. При броске нельзя изменять положение ступней. Засчитывается лучший результат из 3 попыток. Вес мешочка 150гр.

Наклон туловища вперед сидя, см.(гибкость)

Ребенок без обуви садится перед обозначенной на полу линией так, чтобы пятки выпрямленных и разведенных на 20-30 см. ног, находились как можно ближе к черте, но не пересекали её, ступни вертикально. Инструктор, находясь сбоку от ребенка, прижимает его колени к полу с тем, чтобы ноги не сгибались при осуществлении наклонов. Ребенок выполняет три пружинящих наклона вперед, стараясь как можно дальше коснуться пальцами обеих рук градуированной планки, находящейся между ног. На четвертом наклоне ребенок в течение 2 секунд фиксирует положение тела. Результат фиксируется в момент, когда кончики пальцев ребенка достигли наиболее удаленной отметки. Если при измерении концы пальцев рук находятся за нулевой отметкой, то результат фиксируется со знаком «+» (например +3 см.). Если до нулевой отметки ребенок не дотянулся, то результат фиксируется со знаком «-» (- 2 см.)

«Сила кисти»- кистевая динамометрия кг (динамометра)

При сжатии динамометра необходимо проявлять максимальное усилие.

**Средние возрастно-половые значения показателей развития
физических качеств детей 4-7 лет**

Показатели	Пол	Возраст			
		4 года	5 лет	6 лет	7 лет
Скорость бега на 10 м, с	Мальчики	3,0—2,3	2,6—2,1	2,5—1,8	2,3—1,7
	Девочки	3,2—2,4	2,8—2,2	2,7—1,9	2,6—1,9
Скорость бега на 30 м, с	Мальчики	9,8—7,9	8,8—7,0	7,6—6,5	7,0—6,0
	Девочки	10,2—7,9	9,1—7,1	8,4—6,5	8,3—6,3
Дальность броска мяча весом 1 кг, см	Мальчики	125—205	165—260	215—340	270—400
	Девочки	110—190	140—230	175—300	220—350
Длина прыжка с места, см	Мальчики	64—92	82—107	95—132	112—140
	Девочки	60—88	77—103	92—121	97—129
Дальность броска мешочка с песком правой рукой, м	Мальчики	2,5—4,0	4,0—6,0	4,5—8,0	6,0—10,0
	Девочки	2,5—3,5	3,0—4,5	3,5—5,5	4,0—7,0
Дальность броска мешочка с песком левой рукой, м	Мальчики	2,0—3,5	2,5—4,0	3,5—5,5	4,0—7,0
	Девочки	2,0—3,0	2,5—3,5	3,0—5,0	3,5—5,5
Наклон туловища вперед сидя, см	Мальчики	3—5	4—7	5—8	6—9
	Девочки	5—8	6—9	7—10	8—12
Продолжительность бега в медленном темпе, мин	Мальчики	1,0	1,5	2,0	2,5
	Девочки	1,0	1,5	2,0	2,5

Уровни (критерии) освоения программы

Уровень развития физических качеств определяется по таблице возрастно-половых нормативов

Оценивание проходит по 0-низкий, 1- средний, 2-высокий.

ВЫСОКИЙ – правильно выполнены все элементы техники

СРЕДНИЙ - ребенок справляется с большинством элементов техники, имеются незначительные ошибки

НИЗКИЙ - наличие значительных ошибок, не справляется с заданием.

При обследовании физической подготовленности дошкольников важно учитывать индивидуальный темп развития каждого ребенка.

Результаты мониторинга образовательного процесса заносятся в общую таблицу, где указываются все результаты уровня овладения необходимыми навыками и умениями по образовательным областям.

Планируемый результат усвоения программы:

- Развита 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.

Уровни усвоения программы:

В (высокий) – программа усвоена полностью;

С (средний) – программа усвоена условно;

Н (низкий) – программа не усвоена.

Карта оценки уровня усвоения программы по результатам диагностики

№	Фамилия, имя ребенка	Возраст, группа здоровья	Скоростно-силовые качества												Силовые качества												Координационные движения		
			Бег на 10м, с			Бег на 30 м, с			Прыжки						Метание						Гибкость								
									В длину			В высоту			Правой рукой			Левой рукой											
			с	м		с	м		с	м		с	м		с	м		с	м		с	м		с	м				

3.4. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Перечень спортивного инвентаря

№ п/п	Наименование	Кол-во
1	Мячи: - резиновые d - 24 см - резиновые надувные - волейбольные - баскетбольные - набивные (вес 800 гр.)	11 шт. 12 шт 1 шт 7 шт 10 шт
2	Шары: - пластмассовые цветные	40 шт.
3	Обручи: - пластмассовые d -55 см, - алюминиевые d – 75 см	6 шт. 12 шт.
4	Палки гимнастические: - пластмассовые дл.- 75 см - деревянные дл.- 75 см - пластмассовые дл.- 50 см - деревянные дл. - 55 см	9 шт. 16 шт. 10 шт. 12 шт.
5	Мешочки: Вес – 150-200 гр Вес – 400 гр	15 шт. 10 шт.
6	Канаты: длина – 3 м 70 см; 2 м 30 см; 6 м	2 шт. 3 шт. 1 шт.
7	Веревки: длина – 7 м; 2 м 40 см; 2 м 10 см	1 шт. 1 шт. 1 шт.
8	Скакалки: длина – 2 м 75см; 2 м	40 шт
9	Бруски для перешагивания деревянные – 20/10/5	6 шт
10	Доска наклонная с гладкой поверхностью 15/2,15	2 шт.
11	Подставки деревянные 15/20	6 шт
12	Деревянный куб 50/50/20	20
13	Доска ребристая 15/2,15	2 шт.
14	Флажки разноцветные	50 шт
15	Кольца пластмассовые разноцветные	30 шт
16	Кубики пластмассовые	50 шт
17	Конусы	12 шт
18	Скамейка гимнастическая 23/3,75/30	2 шт
19	Дуги для подлезания (высота 65 см, 35 см)	3 шт
20	Приставные лестницы деревянные 38/2,0	2 шт
21	Клюшки Шайбы	6 шт 6 шт
22	Лыжи (размеры от 105 до 115 см) с палками	20 пар
23	Кегли пластмассовые	25 шт
24	Батуты	2 шт
25	Набор игровой «Городки» (18 элементов)	1 набор

26	Бадминтон (набор 3 предмета)	3 набора
27	Шведская стенка	2шт
28	Баскетбольное кольцо на щите	1шт
29	Тренажер «Диск здоровья»	2 шт

3.5. Техника безопасности и охрана труда

Требования к методике руководства спортивными и подвижными играми

1. При проведении спортивных и подвижных игр следует учитывать воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при столкновениях;
- нарушения правил проведения игры;
- падения на мокром, скользком полу или площадке.

2. Спортивные и подвижные игры должны проводиться в одежде и спортивной обуви с нескользкой подошве.

3. При проведении спортивных и подвижных игр должна быть медаптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и средствами для оказания первой помощи при травмах.

4. Педагогический работник должен соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

5. В случае несчастного случая с обучающимся, педагогический работник обязан немедленно оказать первую медицинскую помощь, доставить пострадавшего в медицинский кабинет и сообщить администрации.

6. Педагогический работник и обучающиеся должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

7. Требования охраны труда перед началом спортивной или подвижной игры:

- Педагогическому работнику проветрить физкультурный зал.
 - Педагогическому работнику и обучающимся надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
 - Педагогическому работнику проверить надежность установки и крепления стоек и перекладин, футбольных ворот, баскетбольных щитов и другого спортивного оборудования.
 - Педагогическому работнику проверить состояние и отсутствие, посторонних предметов на полу или спортивной площадке.
8. Требования охраны труда во время спортивной или подвижной игры:
- Обучающимся начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) педагогического работника.
 - Обучающимся выполнять правила проведения подвижной игры.
 - Обучающимся избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.
 - Обучающимся при падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.
 - Обучающимся внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) педагогического работника.

9. Действия в аварийных ситуациях:

- Педагогическому работнику при возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить игру и сообщить об этом администрации образовательной организации. Игру продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

- Педагогическому работнику при получении обучающимся травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, доставить в медицинский кабинет, сообщить об этом администрации образовательной организации, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

- Педагогическому работнику при возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации образовательной организации и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

Требования к методике проведения физкультурных занятий и гимнастики

1. При проведении физкультурных занятий или гимнастики соблюдать правила поведения, расписание занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

2. При проведении физкультурных занятий или гимнастики возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при выполнении упражнений на неисправных спортивных снарядах, а также при выполнении упражнений без страховки;
- травмы при выполнении гимнастических упражнений без использования гимнастических матов;
- травмы при выполнении упражнений на спортивных снарядах с влажными ладонями, а также на загрязненных снарядах.

2. В физкультурном зале должна быть медаптечка, с набором необходимых перевязочных средств, для оказания первой помощи при травмах.

3. При проведении физкультурных занятий и гимнастики в физкультурном зале соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

4. При несчастном случае педагогический работник обязан немедленно сообщить медицинскому работнику и администрации образовательной организации. При неисправности спортивного оборудования прекратить занятие и сообщить об этом администрации образовательного учреждения.

5. В процессе физкультурного занятия или гимнастики обучающиеся должны соблюдать порядок выполнения упражнений и правила личной гигиены.

6. С обучающимися, допустившими невыполнение или нарушение правил безопасности, провести дополнительный инструктаж.

7. Требования охраны труда перед началом физкультурного занятия или гимнастики:

- Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
- Проверить исправность спортивного оборудования.
- Проверить гигиеническое состояние спортивного инвентаря.
- В местах соскоков со снарядов (например, с гимнастической скамейки) положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

8. Требования охраны труда во время гимнастики:

- Обучающемуся не выполнять упражнения на спортивных снарядах без педагогического работника (например, без инструктора по физической культуре), а также без страховки (страховку осуществляет воспитатель).

- Обучающемуся не выполнять упражнения на спортивных снарядах с влажными ладонями.
- Обучающемуся не стоять близко к спортивному снаряду при выполнении упражнений другим обучающимся.

- Обучающемуся при выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая.

- Обучающимся при выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.

9. Действия педагогического работника в аварийных ситуациях:

- При появлении во время занятий боли в руках, покраснения кожи или потертостей на ладонях, а также при плохом самочувствии обучающегося, педагогический работник должен прекратить занятия и сообщить об этом медицинскому работнику.

- При возникновении пожара в физкультурном зале немедленно прекратить занятие, эвакуировать обучающихся из физкультурного зала, сообщить о пожаре администрации

образовательной организации и в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

- При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом медицинскому работнику, администрации образовательной организации, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

Требования к проведению спортивных соревнований

1. К спортивным соревнованиям допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр, имеющие допуск врача.

2. При проведении спортивных соревнований возможно воздействие на участников соревнований (обучающихся) следующих опасных факторов:

- травмы при проведении спортивных соревнований с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования;
- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
- травмы во время прыжков в длину или высоту при неподготовленной прыжковой яме;
- травмы при нахождении в зоне броска во время спортивных соревнований по метанию;
- травмы при столкновениях во время бега или спортивной игре;
- травмы при проведении эстафеты.

3. Спортивные соревнования необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующей виду соревнования, сезону и погоде, соблюдать правила личной гигиены.

4. При проведении спортивных соревнований должна быть медаптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

5. При несчастном случае с участниками спортивных соревнований, педагогический работник обязан немедленно оказать первую медицинскую помощь, доставить пострадавшего в медицинский кабинет, сообщить администрации образовательной организации, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

6. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования соревнования прекратить и сообщить об этом администрации образовательной организации.

7. Перед началом соревнований необходимо:

- Участникам (обучающимся) надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой, соответствующую сезону и погоде.
- Педагогическому работнику проверить исправность и надежность установки спортивного инвентаря и оборудования.
- Педагогическому работнику тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме - месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.
- Педагогическому работнику в местах соскоков со спортивных снарядов (например, с гимнастической скамейки) положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

8. Требования охраны труда во время соревнований:

- Педагогическому работнику провести разминку с участниками соревнований;
- Участникам (обучающимся) начинать соревнования и заканчивать только по сигналу (команде) судьи соревнований;
- Участникам (обучающимся) не нарушать правила проведения соревнований, строго выполнять все команды (сигналы), подаваемые судьей соревнований.
- Участникам (обучающимся) избегать столкновений с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам.
- Участникам (обучающимся) при падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.
- Педагогическому работнику и участникам (обучающимся) перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания.

9. Действия педагогического работника в аварийных ситуациях:

- При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить соревнования и сообщить об этом администрации образовательного учреждения. Соревнования продолжать только после устранения неисправности или замене спортивного инвентаря и оборудования.

- При плохом самочувствии участника (обучающегося) прекратить его участие в спортивных соревнованиях и сообщить об этом медицинскому работнику.

- При получении травмы участником соревнований, педагогический работник обязан немедленно оказать первую медицинскую помощь, доставить в медицинский кабинет, сообщить администрации образовательной организации, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

10. Требования охраны труда по окончании соревнований:

- Педагогическому работнику проверить по списку наличие всех участников соревнований.

- Педагогическому работнику убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.

- Участникам (обучающимся) снять спортивную одежду и спортивную обувь, тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

3.5.1. Инструкции для работы с воспитанниками

Правила поведения на физкультурном занятии

Во избежание несчастных случаев дети должны приходить на физкультурное занятие и уходить обратно только в сопровождении воспитателя. Воспитатель должен присутствовать на занятии лично, чтобы совместно с инструктором по физической культуре обеспечить безопасность жизни и здоровья детей.

Как вести себя в музыкально-физкультурном зале

- Перед занятием переодеться в физкультурную форму (шорты, футболка, носки, чешки).
- В музыкально-физкультурный зал входить спокойно, в колонне по одному в сопровождении воспитателя.
- Не брать на физкультурное занятие игрушки и посторонние предметы.
- Во время выполнения упражнений соблюдать дистанцию.
- Заниматься на гимнастических снарядах и тренажерах только в сопровождении взрослого (инструктор по физической культуре, воспитатель, муз. руководитель).
- При выполнении прыжков и соскоков приземляться мягко, на носки.
- Не поднимать тяжести.
- Нельзя вставать на стулья и прыгать с них.
- Спортивный инвентарь использовать строго по назначению.
- Не открывать (не закрывать) крышку пианино, не трогать клавиши руками.
- Соблюдать правила культуры поведения (не конфликтовать, не толкать детей и т.п.)
- Не выходить из зала без разрешения педагога, не толпиться в дверях.
- Не трогать портьеры на окнах.
- В случае падения, ушиба, недомогания во время выполнения упражнений немедленно обратиться к взрослому.

Правила безопасности при проведении упражнений на гимнастической стенке

- При лазании по гимнастической стенке необходимо браться руками за рейку на уровне плеч.
- При выполнении упражнения смотреть только вперед.
- Нельзя залезать вдвоем на один пролет гимнастической стенки.
- Нельзя спрыгивать с гимнастической стенки вниз.

- Нельзя виснуть на руках.
- Нельзя пропускать рейки при спуске с гимнастической стенки.
- Необходимо внимательно слушать и выполнять указания взрослого.

Правила безопасности при ходьбе по гимнастической скамейке

- При ходьбе по гимнастической скамейке дети должны идти с соблюдением безопасной дистанции, не касаясь друг друга.
- Нельзя заходить на гимнастическую скамейку с середины.
- Нельзя спешить, бежать и прыгать во время передвижения по гимнастической скамейке.
- Нельзя идти навстречу друг другу по гимнастической скамейке.
- Нельзя толкать друг друга.
- Необходимо внимательно слушать, и выполнять команды инструктора по физической культуре.

Правила безопасности при выполнении упражнений с мячом

- Нельзя бить ногой по мячу.
- Нельзя высоко подбрасывать мяч.
- Нельзя бросаться мячом в детей.
- Нельзя наступать на мяч.
- Необходимо стараться держать равновесие при метании мяча.
- Не разговаривать громко во время выполнения упражнений с мячом.
- Необходимо внимательно слушать, и выполнять команды инструктора по физической культуре.

Правила безопасности при выполнении упражнений со скакалкой

- Перед началом выполнения прыжков со скакалкой, выдержи безопасную дистанцию с другими детьми.
- Крепко держи скакалку во время прыжков за оба конца.
- Не стой рядом с прыгающим на скакалке ребенком.
- Не размахивай скакалкой, можно ударить кого-нибудь.
- Внимательно слушай и выполняй команды инструктора по физической культуре.

Годовой план

Месяц	Организационно-педагогическая работа	Методическая работа по взаимодействию с педагогическим составом	Работа с детьми	Взаимодействие с родителями
1	2	3	4	5
Сентябрь	1. Оформление карт, обработка данных мониторинга 2. Корректировка планов работы по итогам мониторинга детей	1. На педагогическом совете познакомить воспитателей с результатами мониторинга воспитанников 2. Индивидуальные консультации с воспитателями групп по распределению детей по группам здоровья 3. Совместно с воспитателями, музыкальным руководителем подготовить и провести «День Знаний»	1. Провести мониторинг физического развития 2. Проведение музыкально-спортивного праздника к Дню Знаний 3. Подготовка к сдаче норм ГТО	1. Выступить на родительских собраниях: «Основы здорового образа жизни Гигиеническое значение физкультурной формы». Предоставить материал на сайт ДОУ
Октябрь	1. Пополнение физкультурного оборудования в зале	1. Рассмотреть содержание предметно-развивающей среды физкультурных уголков групп, участков 2. Участие в ГМО	1. Участие в соревнованиях в ДЮСШ. 2. Организация и проведение «Кросса наций» 3. Подготовка к сдаче норм ГТО	1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Дыхательная гимнастика и точечный массаж для часто болеющих детей». Предоставить материал на сайт ДОУ
Ноябрь	1. Подготовка атрибутов	1. Совместно с воспитателями, музыкальным руководителем подготовить и провести «День здоровья»	1. Организовать и провести «День здоровья» 2. Подготовка к соревнованиям в ДЮСШ 3. Подготовка к сдаче	1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Закаливание детей в детском саду и в домашних условиях».

			норм ГТО	Предоставить материал на сайт ДОУ
Декабрь	1. Изготовление нестандартного физкультурного оборудования, для повышения интереса воспитанников к физической культуре	1. Участие в ГМО	1.Провести физкультурные досуги: «Зимние забавы» (средняя и старшие группы) 2.Подготовка к соревнованиям в ДЮСШ 3. Подготовка к сдаче норм ГТО	1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Осанка вашего ребёнка». Предоставить материал на сайт ДОУ
Январь	1. Пополнение игротеки подвижных игр большой и средней подвижности в старших возрастных группах	1. Консультации с логопедом по составлению комплексов пальчиковой гимнастики	1. Провести физкультурные досуги «Народные подвижные игры» 2.Провести музыкально-спортивный праздник «Рождественские традиции» 3. Подготовка к сдаче норм ГТО	1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Это легко и просто», о совместных занятиях с детьми дома. Предоставить материал на сайт ДОУ
Февраль	1. Изготовление нетрадиционного спортивного оборудования	1. консультации с воспитателями по проведению «Лыжни России» 2. Участие в ГМО	1.Провести «Лыжную Россию». 2.Участие в муниципальном этапе «Лыжня России» 3. Участие в муниципальной эстафете «Зарничка». 4. Провести «Зарницу» с детьми старшей и подготовительных групп 5. Подготовка к сдаче норм ГТО	1.Организовать фотовыставку «Мы – будущие олимпийцы!». Предоставить материал на сайт ДОУ
Март	1. Для развития волевых усилий и сохранения устойчивого интереса воспитанников к НОД, внедрение нестандартного оборудования	1. представить результаты мониторинга по развитию волевых качеств	1.провести мониторинг по развитию волевых качеств с детьми старшего дошкольного возраста 2.Провести на базе МАДОУ № 18 спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья» 3. Подготовка к сдаче	1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Почему подвижные игры с детьми важны?» Предоставить материал на сайт ДОУ

			норм ГТО	
Апрель	1. Составление плана физкультурно-оздоровительной работы на летний период	1. Консультации с воспитателями «Повышение двигательной активности на прогулках» 2. Участие в ГМО 3. Совместно с воспитателями подготовить и провести спортивное развлечение к Дню космонавтики	1. Подготовка к соревнованиям в ДЮСШ 2. Подготовка к сдаче норм ГТО 3. Провести спортивное развлечение «Если очень захотеть-можно в космос полететь» к Дню Космонавтики	1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Нетрадиционные методы оздоровления дошкольников. Тайная сила рук». Предоставить материал на сайт ДОУ
Май	1. Обработка данных итогового мониторинга детей среднего и старшего возраста	1. Познакомить воспитателей с результатами мониторинга воспитанников, на итоговом педагогическом совете. 2. Совместно с воспитателями подготовить и провести футбольный матч	1. Провести мониторинг физического развития детей средней и старших возрастных групп 2. Подготовка к сдаче норм ГТО. 3. Провести футбольный матч (подготовительная группа)	1. Принять участие в проведении групповых родительских собраний по результатам работы за уч. год
Июнь	1. Подготовка атрибутов и оформление площадки для проведения музыкально-спортивного праздника, посвящённого Дню Защиты детей	1. Совместно с музыкальным руководителем и воспитателями подготовить материал для проведения музыкально-спортивного праздника, посвящённого Дню Защиты детей	1. Провести музыкально-спортивный праздник, посвящённый Дню Защиты детей.	1. Подготовить наглядную агитацию (папка-передвижка) «Чем занять ребенка летом». Предоставить материал на сайт ДОУ
Июль	1. Подготовка атрибутов и оформление площадки для проведения физкультурного досуга	1. Совместно с музыкальным руководителем и воспитателями подготовить материал для проведения физкультурного досуга	1. Провести физкультурный досуг	1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «О пользе водных, солнечных и воздушных процедур и техники безопасности в летний период». Предоставить

				материал на сайт ДОУ
Август	1. Подготовка документации на начало учебного года 2. Составление годового плана работы по разделу «Физическое воспитание» 3. Анализ физкультурной работы за летний период	1. Подготовить рекомендации по оформлению и содержанию физкультурных уголков к началу учебного года в соответствии с возрастными особенностями воспитанников	1. Провести физкультурный досуг	1. Провести индивидуальные консультации для родителей «Исправляем осанку детей»
Ежемесячно	1. Внесение изменений в календарные планы, учитывая результаты мониторинга воспитанников, анализ двигательной деятельности ребёнка и его индивидуальных особенностей 2. Повышение самообразования по вопросам физического воспитания в ДОУ 3. Знакомство с новинками литературы по физическому воспитанию детей, пополнение фонотеки новыми аудиозаписями 4. Подготовка атрибутов для физкультурных досугов	1. Проводить консультации по содержанию и проведению физкультурных занятий	1. Проводить физкультурные занятия, утреннюю гимнастику, индивидуальную работу с детьми 2. Проводить физкультурные досуги	1. Организовать фото и видео съёмку физкультурных занятий, досугов и праздников для оформления фотоотчетов, альбомов. Предоставить материал на сайт ДОУ

Перспективное планирование НОД по физическому развитию на 2021 – 2022 уч.г.

Месяц	Время проведения	Место проведения	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Сентябрь	1 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.1, 2, стр.73	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.1, стр.23	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.1, стр.20	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.1, стр.14	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.1, стр.8
		Зал			Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.2, стр.21	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.2, стр.16	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.2, стр.9
		Улица			Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.3, стр.22	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.3, стр.16	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.3, стр.10
	2 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.3, 4, стр.74	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.2, стр.24	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.4, стр.22	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.4, стр.18	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.4, стр.10
		Зал			Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду.	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в

					детском саду. Средняя группа» 3.5, стр.24	Старшая группа» 3.5, стр.19	детском саду. Подготовительная группа» 3.5, стр.12
		Улица			Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» 3.6, стр.24	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» 3.6, стр.19	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» 3.6, стр.13
	3 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» 3.5,6, стр.75	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» 3.3, стр.25	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» 3.7, стр.25	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» 3.7, стр.20	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» 3.7, стр.14
		Зал			Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» 3.8, стр.27	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» 3.8, стр.22	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» 3.8, стр.15
		Улица			Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» 3.9, стр.27	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» 3.9, стр.23	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» 3.9, стр.15
	4 неделя	Зал			Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» 3.9, стр.27	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» 3.9, стр.23	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» 3.9, стр.15

			ая культура для малышей» з.7,8, стр.76	рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.4, стр.26	рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.10, стр.28	ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.10, стр.23	рные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.10, стр.15
		Зал			Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.11, стр.29	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.11, стр.25	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.11, стр.17
		Улица			Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.12, стр.30	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.12, стр.25	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.12, стр.17
Октябрь	1 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.1, стр.77	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.5, стр.28	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.13, стр.31	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.13, стр.27	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.13, стр.19
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з. 2, стр.77		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.14, стр.33	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.14, стр.28	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.14, стр.20
		Улица	Л.Н.Галигу		Л.И.Пензула	Л.И.Пензула	Л.И.Пензула

			зова, С.Ю. Мещеряков а «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Встань, малыш еще разок», стр. 6		ева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.15, стр.33	ва «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.15, стр.28	ева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.15, стр.21
2 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.3, стр.78	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.6, стр.29	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.16, стр.34	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.16, стр.29	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.16, стр.21	
	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.4, стр.79		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.17, стр.35	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.17, стр.31	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.17, стр.22	
	Улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещеряков а «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Большие ноги», стр.		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.18, стр.35	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.18, стр.31	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.18, стр.23	

			6				
3 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.5, стр.80	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.7, стр.30	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.19, стр.36	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.19, стр.32	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.19, стр.23	
	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.6, стр.82		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.20, стр.36	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.20, стр.33	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.20, стр.25	
	Улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Ходим вереницей» , стр. 7		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.21, стр.37	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.21, стр.34	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.21, стр.25	
4 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.7, стр.83	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.8, стр.31	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.22, стр.37	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.22, стр.34	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.22, стр.26	
	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура		Л.И.Пензулаева «Физкультурные	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в	Л.И.Пензулаева «Физкультурные	

			для малышей» з.8, стр.83		занятия в детском саду. Средняя группа» з.23, стр.38	детском саду. Старшая группа» з.23, стр.36	занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.23, стр.27
		Улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Флажок», стр. 7		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.24, стр.39	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.24, стр.36	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.24, стр.27
Ноябрь	1 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.1, стр.84	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.9, стр.33	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.25, стр.40	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.25, стр.38	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.25, стр.28
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з. 2, стр.85		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.26, стр.41	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.26, стр.40	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.26, стр.31
		Улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова «Физическое развитие. Игры и занятия с		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.27,	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.27, стр.40	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная

			детьми раннего возраста» и/у «Поезд», стр. 8		стр.41		группа» з.27, стр.31
2 неделя	Зал	С.Я.Лайзане	«Физическая культура для малышей» з.3, стр.86	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.10, стр.34	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.28, стр.42	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.28, стр.41	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.28, стр.31
	Зал	С.Я.Лайзане	«Физическая культура для малышей» з.4, стр.87		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.29, стр.43	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.29, стр.42	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.29, стр.33
	Улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова	«Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Слоны и мышки», стр. 9		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.30, стр.44	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.30, стр.42	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.30, стр.33
3 неделя	Зал	С.Я.Лайзане	«Физическая культура для малышей» з.5, стр.88	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.11, стр.35	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.31, стр.44	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.31, стр.43	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.31,

						стр.33
	Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.6, стр.89		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.32, стр.45	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.32, стр.44	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з32, стр.35
	Улица	Л.Н.Галигу зова, С.Ю. Мещеряков а «Физическ ое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Найди игрушку», стр. 11		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.33, стр.46	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.33, стр.44	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з33, стр.35
4 неделя	Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.7, стр.90	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.12, стр.37	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.34, стр.46	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.34, стр.45	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.34, стр.36
	Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.8, стр.91		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.35, стр.47	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.35, стр.46	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.35, стр.37
	Улица	Л.Н.Галигу зова, С.Ю. Мещеряков а		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные

			«Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Игрушки заблудились», стр. 12		занятия в детском саду. Средняя группа» з.36, стр.48	детском саду. Старшая группа» з.36, стр.46	занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.36, стр.38
Декабрь	1 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.1, стр.91	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.13, стр.38	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.1, стр.49	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.1, стр.47	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.1, стр.39
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.2, стр.92		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.2, стр.50	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.2, стр.48	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.2, стр.40
		Улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Прыг-прыг, топ-топ», стр. 13		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.3, стр.50	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.3, стр.49	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.3, стр.40
	2 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Игрушки заблудились», стр. 12	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.13, стр.38	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.1, стр.49	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.1, стр.47	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.1, стр.39

			ая культура для малышей» з.3, стр.94	рные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.14, стр.40	рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.4, стр.51	ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.4, стр.50	рные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.4, стр.41
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.4, стр.95		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.5, стр.52	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.5, стр.51	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.5, стр.42
		Улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Ловкие котят», стр. 14		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.6, стр.52	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.6, стр.51	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.6, стр.42
	3 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.5, стр.96	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.15, стр.41	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.7, стр.53	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.7, стр.52	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.7, стр.44
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.6, стр.97		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду.	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.8,	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду.

					Средняя группа» 3.8, стр.55	стр.53	Подготовительная группа» 3.8, стр.45
		Улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Цирковые лошади», стр. 14		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» 3.9, стр.55	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» 3.9, стр.53	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» 3.9, стр.45
	4 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» 3.7, стр.97	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» 3.16, стр.42	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» 3.10, стр.55	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» 3.10, стр.54	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» 3.10, стр.46
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» 3.8, стр.98		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» 3.11, стр.57	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» 3.11, стр.56	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» 3.11, стр.47
		улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» 3.12, стр.57	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» 3.12, стр.56	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» 3.12, стр.47

			возраста» и/у «Лошадки» , стр. 15				
Январь	1 неделя	Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.1, стр.99	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.17, стр.43	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.13, стр.58	Л.И.Пензула ева «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.13, стр.58	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.13, стр.48
		Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з. 2, стр.100		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.14, стр.59	Л.И.Пензула ева «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.14, стр.59	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.14, стр.50
		Улица	Л.Н.Галигу зова, С.Ю. Мещеряков а «Физическ ое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Самолеты », стр. 17		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.15, стр.60	Л.И.Пензула ева «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.15, стр.60	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.15, стр.50
	2 неделя	Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.3, стр.101	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.18, стр.45	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.16, стр.60	Л.И.Пензула ева «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.16, стр.60	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.16, стр.51
		Зал	С.Я.Лайзан		Л.И.Пензула	Л.И.Пензула	Л.И.Пензула

			е «Физическая культура для малышей» з.4, стр.102		ева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.17, стр.61	ва «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.17, стр.62	ева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.17, стр.52
		Улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Кошка мышек сторожит», стр. 17		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.18, стр.61	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.18, стр.62	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.18, стр.53
	3 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.5, стр.103	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.19, стр.46	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.19, стр.62	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.19, стр.62	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.19, стр.53
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.6, стр.104		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.20, стр.63	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.20, стр.63	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.20, стр.55
		Улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова «Физическая культура для малышей» з.4, стр.102		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.17, стр.61	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.17, стр.62	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.17, стр.52

			ое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Гуси и коршун», стр. 19		детском саду. Средняя группа» з.21, стр.63	Старшая группа» з.21, стр.64	детском саду. Подготовительная группа» з.21, стр.55
	4 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.7, стр.105	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.20, стр.47	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.22, стр.64	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.22, стр.64	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.22, стр.56
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.8, стр.107		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.23, стр.65	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.23, стр.65	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.23, стр.57
		улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Вот как солнышко встает», стр. 20		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.24, стр.65	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.24, стр.65	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.24, стр.57
Февраль	1 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура	Л.И.Пензулаева «Физкультурные	Л.И.Пензулаева «Физкультурные	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в	Л.И.Пензулаева «Физкультурные

			для малышей» з.1, стр.108	занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.21, стр.50	занятия в детском саду. Средняя группа» з.25, стр.66	детском саду. Старшая группа» з.25, стр.67	занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.25, стр.58
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.2, стр.109		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.26, стр.67	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.26, стр.68	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.26, стр.59
		Улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Тук-тук молотком», стр. 21		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.27, стр.68	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.27, стр.68	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.27, стр.59
	2 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.3, стр.109	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.22, стр.51	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.28, стр.68	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.28, стр.69	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.28, стр.60
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.4, стр.110		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.29, стр.70	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовите

					группа» 3.29, стр.69		льная группа» 3.29, стр.61
		Улица	Л.Н.Галигу зова, С.Ю. Мещеряков а «Физическ ое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Брось и догони», стр. 23		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» 3.30, стр.69	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» 3.30, стр.70	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» 3.30, стр.61
	3 неделя	Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» 3.5, стр.111	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. 2 младшая группа» 3.23, стр.52	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» 3.31, стр.70	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» 3.31, стр.70	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» 3.31, стр.62
		Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» 3.6, стр.112		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» 3.32, стр.71	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» 3.32, стр.71	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» 3.32, стр.63
		Улица	Л.Н.Галигу зова, С.Ю. Мещеряков а «Физическ ое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Едем		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» 3.33, стр.71	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» 3.33, стр.72	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» 3.33, стр.63

			на машине», стр. 23				
	4 неделя	Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.7, стр.113	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.24, стр.53	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.34, стр.71	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.34, стр.72	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.34, стр.64
		Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.8, стр.114		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.35, стр.72	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.35, стр.73	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.35, стр.65
		улица	Л.Н.Галигу зова, С.Ю. Мещеряков а «Физическ ое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Дорожка из обручей», стр. 24		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.36, стр.73	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.36, стр.74	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.36, стр.65
Март	1 неделя	Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.1, стр.114	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.25, стр.54	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.1, стр.73	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.1, стр.75	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.1, стр.71

		Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з. 2, стр.115		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.2, стр.74	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.2, стр.76	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.2, стр.72
		Улица	Л.Н.Галигу зова, С.Ю. Мещеряков а «Физическ ое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Пролезь в норку», стр. 24		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.3, стр.74	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.3, стр.77	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.3, стр.72
	2 неделя	Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.3, стр.116	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.26, стр.56	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.4, стр.75	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.4, стр.78	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.4, стр.73
		Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.4, стр.117		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.5, стр.76	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.5, стр.79	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.5, стр.74
		Улица	Л.Н.Галигу зова, С.Ю. Мещеряков а		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные

			«Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Обезьянки», стр. 24		занятия в детском саду. Средняя группа» з.6, стр.77	детском саду. Старшая группа» з.6, стр.79	занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.6, стр.74
	3 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.5, стр.118	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.27, стр.57	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.7, стр.77	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.7, стр.80	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.7, стр.75
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.6, стр.119		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.8, стр.78	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.8, стр.81	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.8, стр.77
		Улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Уж ты котенька-коток», стр. 24		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.9, стр.78	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.9, стр.82	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.9, стр.77
	4 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура	Л.И.Пензулаева «Физкультурные	Л.И.Пензулаева «Физкультурные	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в	Л.И.Пензулаева «Физкультурные

			для малышей» з.7, стр.119	занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.28, стр.58	занятия в детском саду. Средняя группа» з.10, стр.79	детском саду. Старшая группа» з.10, стр.82	занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.10, стр.78
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.8, стр.120		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.11, стр.80	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.11, стр.83	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.11, стр.79
		улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Лесные звери», стр. 26		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.12, стр.80	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.12, стр.84	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.12, стр.79
Апрель	1 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.1, стр.121	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.29, стр.60	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.13, стр.81	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.13, стр.85	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.13, стр.80
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з. 2, стр.122		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.14, стр.86	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовите

					группа» з.14, стр.82		льная группа» з.14, стр.81
		Улица	Л.Н.Галигу зова, С.Ю. Мещеряков а «Физическ ое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Самолети к-самолет», стр. 26		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.15, стр.83	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.15, стр.86	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.15, стр.81
	2 неделя	Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.3, стр.123	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.30, стр.61	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.16, стр.83	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.16, стр.87	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.16, стр.82
		Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.4, стр.124		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.17, стр.84	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.17, стр.88	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.17, стр.83
		Улица	Л.Н.Галигу зова, С.Ю. Мещеряков а «Физическ ое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста»		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.18, стр.85	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.18, стр.88	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.18, стр.83

			и/у «Чудесный сундучок», стр. 27				
	3 неделя	Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.5, стр.125	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.31, стр.62	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.19, стр.85	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.19, стр.88	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.19, стр.83
		Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.6, стр.126		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.20, стр.86	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.20, стр.90	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.20, стр.85
		Улица	Л.Н.Галигу зова, С.Ю. Мещеряков а «Физическ ое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Дойди до зайчика», стр. 9		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.21, стр.86	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.21, стр.90	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.21, стр.85
	4 неделя	Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.7, стр.127	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.32, стр.63	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.22, стр.87	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.22, стр.90	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.22, стр.86

		Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.8, стр.127		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.23, стр.88	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.23, стр.92	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.23, стр.87
		улица	Л.Н.Галигу зова, С.Ю. Мещеряков а «Физическ ое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Лягушка и лягушата», стр. 14		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.24, стр.88	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.24, стр.92	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.24, стр.87
Май	1 неделя	Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з.1, стр.128	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.33, стр.65	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.25, стр.89	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.25, стр.93	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.25, стр.87
		Зал	С.Я.Лайзан е «Физическ ая культура для малышей» з. 2, стр.129		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.26, стр.90	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.26, стр.94	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.26, стр.88
		Улица	Л.Н.Галигу зова, С.Ю. Мещеряков		Л.И.Пензула ева «Физкульту	Л.И.Пензулае ва «Физкультурн	Л.И.Пензула ева «Физкульту

			а «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Птички летают», стр. 17		рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.27, стр.90	ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.27, стр.95	рные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.27, стр.89
	2 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.3, стр.130	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.34, стр.66	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.28, стр.90	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.28, стр.95	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.28, стр.89
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.4, стр.131		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.29, стр.91	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.29, стр.96	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.29, стр.90
		Улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Прогулки в лесу», стр. 19		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.30, стр.91	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.30, стр.96	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.30, стр.91
	3 неделя	Зал	С.Я.Лайзане	Л.И.Пензулаева	Л.И.Пензулаева	Л.И.Пензулаева	Л.И.Пензулаева

			«Физическая культура для малышей» з.5, стр.132	«Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.35, стр.67	«Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.31, стр.92	«Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.31, стр.97	«Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.31, стр.91
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.6, стр.133		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.32, стр.93	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.32, стр.98	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.32, стр.92
		Улица	Л.Н.Галигузова, С.Ю. Мещерякова «Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Цветочки растут», стр. 20		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.33, стр.93	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.33, стр.98	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.33, стр.92
	4 неделя	Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» з.7, стр.133	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа» з.36, стр.68	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа» з.34, стр.93	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа» з.34, стр.99	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа» з.34, стр.94
		Зал	С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей»		Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая	Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском

			з.8, стр.134		саду. Средняя группа» з.35, стр.94	группа» з.35, стр.100	саду. Подготовите льная группа» з.35, стр.95
		улица	Л.Н.Галигу зова, С.Ю. Мещеряков а «Физическ ое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста» и/у «Прокати мяч по скамейке», стр. 22		Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Средняя группа» з.36, стр.94	Л.И.Пензула ева «Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа» з.36, стр.100	Л.И.Пензула ева «Физкульту рные занятия в детском саду. Подготовите льная группа» з.36, стр.95

Перспективное планирование НОД по физическому развитию (теория)

Месяц	Неделя	Тема	Методическое обеспечение
Сентябрь	1 неделя	Вспомним, что умеем	Л.В.Яковлева, Р.А. Юдина «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет», з.1, стр.5
	2 неделя	Виды спорта: знакомство с баскетболом	Г.Юрмин «От А до Я по стране спорта», стр.29
	3 неделя	Знай свое тело: головной мозг	Т.Г. Кареева «Формирование здорового образа жизни» з.8, стр.63
	4 неделя	Лекарственные растения: рябина обыкновенная, рябина черноплодная	Л.Ф. Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», стр.131-133
Октябрь	1 неделя	Спортивное оборудование	Загадки в презентации
	2 неделя	Здоровьесбережение: голова и шея	З.А.Клепинина, Е.В.Клепинина «Как развивать в ребенке умение заботиться о своем здоровье» тема 2, стр.11
	3 неделя	Здоровый образ жизни: наши верные друзья	Т.А.Шорыгина «Беседы о здоровье», стр. 4, Л.Ф. Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», з.15, стр.31
	4 неделя	История Олимпийских игр	презентация
Ноябрь	1 неделя	Спортивное оборудование: история лыж	Презентация
	2 неделя	Здоровьесбережение: глаза	З.А.Клепинина, Е.В.Клепинина «Как развивать в ребенке умение заботиться о своем здоровье»

			стр. 13
	3 неделя	Виды спорта: пионербол	презентация
	4 неделя	Лекарственные растения: подорожник	Л.Ф. Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», з.21, стр.128
Декабрь	1 неделя	Здоровьесбережение: нос	З.А.Клепинина, Е.В.Клепинина «Как развивать в ребенке умение заботиться о своем здоровье» стр. 15
	2 неделя	Спортивное оборудование: коньки	презентация
	3 неделя	Спортсмены: Ирина Роднина. Путь к успеху.	презентация
	4 неделя	Олимпиады: Зимние Олимпийские игры	презентация
Январь	1 неделя	Здоровьесбережение: мир невидимых сущест (бактерии, микробы)	Л.Ф. Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», урок 2, стр.74
	2 неделя	Виды спорта: метание	Г. Юрмин «От А до Я по стране спорта», стр. 125
	3 неделя	Лекарственные растения: ромашка аптечная	Л.Ф. Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», з.22, стр.130
	4 неделя	Спортивное оборудование: история велосипеда	презентация
Февраль	1 неделя	Виды спорта: футбол	Г. Юрмин «От А до Я по стране спорта», стр. 231
	2 неделя	Здоровьесбережение: сделай компьютер своим другом	Т.А.Шорыгина «Беседы о здоровье», стр.31
	3 неделя	Лекарственные растения: календула	Л.Ф. Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», стр.112
	4 неделя	Спортивное оборудование: клюшка и шайба	презентация
Март	1 неделя	Здоровьесбережение: Как работает сердце	Л.Ф. Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», урок 11, стр.63
	2 неделя	Спортсмены: Владислав Третьяк. Путь к победе	презентация
	3 неделя	Виды спорта: бег	Г. Юрмин «От А до Я по стране спорта», стр. 35
	4 неделя	Уроки Аскорбинки: правильное питание	Л.Ф. Тихомирова «Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет», урок 18, стр.37
Апрель	1 неделя	Спортивное оборудование: история мяча	презентация

	2 неделя	Виды спорта: прыжки	Г. Юрмин «От А до Я по стране спорта», стр. 153
	3 неделя	Здоровьесбережение: уши	М.А.Павлова, М.В.Лысогорская «Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения» стр.63-65
	4 неделя	Здоровый образ жизни: кто с закалкой дружит, никогда не тужит.	Т.А.Шорыгина «Беседы о здоровье», стр. 7
Май	1 неделя	Знай свое тело: чудесная жидкость (кровь)	Т.Г. Карпова «Формирование здорового образа жизни» 3.6, стр.58
	2 неделя	Олимпиады: Летние Олимпийские игры	презентация
	3 неделя	Здоровьесбережение: зубы	М.А.Павлова, М.В.Лысогорская «Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения» стр.66-69
	4 неделя	Здоровый образ жизни: солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья	М.А.Павлова, М.В.Лысогорская «Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения» стр.56-58

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575799

Владелец Демидович Людмила Александровна

Действителен с 13.08.2021 по 13.08.2022