

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №51
Московского района Санкт-Петербурга
Протокол №1 от 30.08.2019 г



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №51
Московского района Санкт-Петербурга
/Ю.Ю.Бадина/
Приказ № 78 от 02.09.2019

с учетом мнения родителей,
Протокол совета родителей (законных
представителей) от 12.09.2018 №1

Рабочая программа
к образовательной программе дошкольного образования
адаптированная для обучающихся с (ОВЗ)(ТНР), (ФФНР)
для детей в возрасте 6-7 лет
компенсирующей направленности
на 2019 – 2020 учебный год
Инструктор по физической культуре: Коноплева Я.С.

2019г.

Содержание

1.Целевой раздел	3
1.1.Пояснительная записка	3
1.2. Цели и задачи программы	3
1.3.Принципы и подходы в организации образовательного процесса	4
1.4.Планируемые результаты освоения программы	6
2. Содержательный раздел.	6
2.1. Содержание программы по физической культуре по возрастным группам.	6
2.2. Интеграция образовательных областей	9
2.3. Комплексно-тематическое планирование	11
2.4. Перспективный план взаимодействия с семьями воспитанников	19
2.5 Физкультурно-оздоровительная работа	20
2.6. План основных мероприятий	23
3. Организационный раздел	25
3.1 Материально-техническое обеспечение Рабочей программы	25
3.2 Режимы дня и распорядок	26
3.3. График работы инструктора по физкультуре	32
3.4 Учебно-методический комплекс образовательного процесса	34

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре компенсирующей направленности для детей от 6 до 7 лет на 2019-2020 учебный год разработана в соответствии с:

- Образовательной программой дошкольного образования адаптированной для детей с ОВЗ (ТНР) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 51 комбинированного вида Московского района Санкт-Петербурга;

Программа направлена на создание условий для всестороннего развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности; на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей. Программа включает систему коррекционно-развивающей работы для детей с нарушениями речи с учётом интеграции пяти образовательных областей.

Реализация рабочей программы обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 6-7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям развития – физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому и художественно-эстетическому, выявление и развитие индивидуальных способностей и склонностей, преодоление проблем развития.

В соответствии с требованиями ФГОС ДО структура рабочей программы включает три основных раздела - целевой, содержательный и организационный.

1.2. Цели и задачи программы.

1. **Цель программы:** сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; формирование основ двигательной культуры, ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физической культуре. Обеспечение образования по образовательной области – физическому развитию, с учетом ограниченных возможностей здоровья (тяжелое нарушение речи).

Реализация данной цели связана с решением **следующих задач:**

- развитие физических качеств – скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- накопление и обогащение двигательного опыта детей – овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);
- формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- укрепление и повышение физической работоспособности и выносливости.
- формирование навыка правильного дыхания, правильной осанки, профилактика плоскостопия;
- Охрана жизни и укрепление физического и психологического здоровья детей;
- Проведение коррекции (исправление и ослабление) негативных тенденций развития; Проведение профилактики вторичных отклонений в развитии и трудностей в обучении на начальном этапе.

1.3. Принципы и подходы в организации образовательного процесса

Программа строится на основе следующих принципов, обозначенных в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования:

1. Полноценное проживание ребенком всех этапов детства, обогащение (амплификация) детского развития.
2. Индивидуализация образования. Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования.
3. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
4. Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности.
5. Сотрудничество ГБДОУ с семьей.
6. Приобщение детей к социокультурным традициям семьи, общества, государства.
7. Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности.
8. Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).
9. Учет этнокультурной ситуации развития детей.
10. Поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.
11. Самоценность детства – рассмотрение детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий, значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду.
12. Реализация Программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.
13. 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. Установление в ГБДОУ партнерских отношений 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 (центры семейного консультирования и др.).

Программа разработана в соответствии с принципами и ценностями личностно-ориентированного образования, которые позволяют педагогическому коллективу эффективно реализовывать поставленную цель и задачи:

14. Личностно-ориентированный и гуманистический характер взаимодействия взрослых и детей. Уважение личности ребенка.
15. Развивающее обучение:
 - Главная цель дошкольного образования – развитие ребенка. Обучение, как целенаправленный, специально организованный процесс взаимодействия взрослого и ребенка, в котором происходит передача взрослым и присвоение ребенком социального

опыта, ведет за собой развитие. Таким образом, образование должно строиться в зоне ближайшего развития ребенка.

- Связь информации, полученной от взрослого с информацией, добытой самими детьми; организация разнообразного детского опыта и детских открытий; специальный отбор взрослым развивающих объектов для самостоятельной детской деятельности.
- Насыщение детской жизни новыми яркими впечатлениями, «неясными» знаниями, образами, представлениями, которые намечают дальнейшие горизонты развития.
- Отбор образовательного материала с учетом возможности применения полученной информации в практической деятельности детей.
- Систематическая и целенаправленная поддержка педагогами различных форм детской активности и инициативы.
- Ориентация в образовательном содержании на актуальные интересы ребенка, склонности и способности.

16. Интеграция содержания дошкольного образования в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей. Принцип интеграции связан с возрастными особенностями детей дошкольного возраста, когда

- поведение и деятельность дошкольника представляет собой «еще недостаточно дифференцированное целое» (Л.С. Выготский);
- «схватывание целого раньше частей позволяет ребенку «сразу» интегрально видеть предметы глазами всех людей» (В.В. Давыдов);
- «прежде чем знание о целостности мира будет оформлено в системе теоретических понятий ребенка, он должен воссоздать подвижный интегральный образ действительности на уровне воображения» (В.В. Давыдов, В.Т. Кудрявцев)

Принцип интеграции реализуется через:

- интеграцию содержания дошкольного образования (интеграцию содержания различных образовательных областей и специфических видов детской деятельности по освоению образовательных областей);
 - интегративные качества личности ребенка как результат дошкольного образования, а также основа и единые целевые ориентиры базовой культуры ребенка дошкольного возраста;
 - интеграция деятельности специалистов ГБДОУ;
 - интеграцию разных типов учреждений (дошкольного, общего, дополнительного образования, социокультурных центров, библиотек, клубов) и групп детей дошкольного возраста, представляющих различные возможности для развития дошкольников и обеспечивающих их позитивную социализацию.
- Комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса предполагает объединение комплекса различных видов специфических детских видов деятельности вокруг единой темы при организации образовательного процесса. При этом в качестве тем могут выступать организующие моменты, тематические недели, события, реализация проектов, сезонные явления в природе, праздники, традиции.
- Принцип адаптивности реализуется через:
- адаптивность предметно-развивающей среды ГБДОУ к потребностям ребенка дошкольного возраста, обеспечивающей комфорт ребенка, сохранение и укрепление его здоровья, полноценное развитие;
 - адаптивность ребенка к пространству ГБДОУ и окружающему социальному миру.
- Учет гендерной специфики развития детей дошкольного возраста.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

Конечным результатом освоения программы: у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

Ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации) и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни. Владеет основными видами движений. Сформированы начальные представления о здоровом образе жизни. Сформированы потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Ребёнок 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.

2. Содержательный раздел.

2.1. Содержание программы по физической культуре по возрастным группам.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений. Старшая группа ((5-6 лет).

1. *Основные движения.*
2. **Ходьба.** Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедро), 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. 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.
3. **Бег.** Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедро), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, враспынную, 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.
4. **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.

5. **Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 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 пез 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).
6. **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.
7. **Групповые упражнения с переходами.** Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, 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.
8. **Ритмическая гимнастика.** Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением,

2. Общеразвивающие упражнения

1. **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.
2. **Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены, 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. Наклоняться вперед, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса; наклоняться вперед, стараясь коснуться ладонями пола; наклоняться, поднимая за спиной сцепленные руки. 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 ногу к груди (группироваться).

3. **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).
4. **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.

3. Спортивные упражнения

5. **Катание на санках.** Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске.
6. **Скольжение.** Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

4. Спортивные игры

7. **Элементы баскетбола.** Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от 7 уди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.
8. **Элементы футбола.** Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

5. Подвижные игры

9. **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».
10. **С прыжками.** «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».
11. **С лазаньем и ползанием.** «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».
12. **С метанием.** «Охотники и зайцы», «Брось флажок?», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».
13. **Эстафеты.** «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».
14. **С элементами соревнования.** «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».
15. **Народные игры.** «Гори, гори ясно!» и др.

Структура непрерывной образовательной деятельности.

Согласно п. 12.5 раздела XII "Требования к организации физического воспитания" СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций", утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26, непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 5 до 7 лет организуют не менее 2 раз в неделю в спортивном зале. Продолжительность занятий увеличивается по сравнению с предыдущим годом за счет усложнения упражнений, отработки техники движений и увеличения времени выполнения. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

В структуре непрерывной образовательной деятельности выделяются:

Вводная часть, которая направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости), включающая в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть, в ходе которой выравнивается функциональное состояние организма детей. В ней дети выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Структура оздоровительно-игрового часа на улице.

Третье физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно- игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под строгим контролем инструктора по физической культуре в соответствии с учебным планом. При проведении оздоровительно-игрового часа инструктором по физической культуре учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весенне - летний период и ее снижение в осенне - зимний период.

Оздоровительная разминка: различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия: и осанки.

Оздоровительно-развивающая тренировка: развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре.

2.2. Интеграция образовательных областей

Образовательная область	Интеграция
Социально-коммуникативное развитие	<i>Безопасность:</i> формирование основ безопасности в процессе выполнения физических упражнений, подвижных игр, совместной деятельности педагога и детей; навыков здорового образа жизни, потребности в движении. <i>Социализация:</i> формирование гендерной принадлежности, развитие партнерских взаимоотношений в процессе двигательной деятельности,

	<p>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. Развитие игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждение к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх.</p> <p><i>коммуникация:</i> Развитие коммуникативных способностей при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение. Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение.</p> <p><i>Труд:</i> накопление опыта двигательной активности, овладение навыками ухода за физкультурным инвентарем и спортивной одеждой.</p> <p><i>Самообслуживание:</i> воспитание культурно-гигиенических навыков, формирование бережного отношения к личным вещам.</p>
Познавательное развитие	<p>Расширение представлений о своем организме, его возможностях, формирование ЭМП, формирование целостной картины мира. Обогащение знания о двигательных режимах, видах спорта. Развитие интереса к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формирование представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.</p>
Художественно-эстетическое развитие	<p><i>Музыка:</i> развитие музыкально – ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств, использование музыкально-ритмической деятельности с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов, моторики в творческой форме.</p> <p><i>Художественное творчество:</i> использование продуктивной деятельности с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов, моторики в творческой форме.</p>
Речевое развитие	<p>Обогащение активного словаря на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развитие звуковой и интонационной культуры речи в подвижных и малоподвижных играх.</p> <p>Развитие умения четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий.</p> <p><i>Чтение художественной литературы</i> использование художественных произведений, с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме.</p>

2.3. КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ на 2019\20 уч. год

СЕНТЯБРЬ (подготовительная группа компенсирующей направленности.)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, враспынную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в три звена			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем
Основные виды движений	<p>1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами.</p> <p>3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди).</p> <p>4. Бег в среднем темпе до 1 минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках</p>	<p>1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета».</p> <p>2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка</p> <p>3. Ползание на четвереньках по гимн. скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях.</p> <p>4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове</p> <p>5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы</p>	<p>1. Подлезание в обруч в группировке, боком, прямо</p> <p>2. Перешагивание через бруски с мешочком на голове</p> <p>3. Ходьба с мешочком на голове.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком между колен.</p> <p>5. Ходьба «Пингвин»</p>	<p>1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе.</p> <p>3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе.</p> <p>4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах</p>
Подвижные игры	«Мышонок»	«Удочка»	«Мы веселые ребята»	«Ловишки с ленточками»
Малоподвижные игры	«У кого мяч».	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения	«Подойди не слышно»

ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С большим мячом	С султанчиками
Основные виды движений	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 2. Переползание через препятствие 3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах ч/з шнуры, прямо, боком 3. Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4. Ходьба по скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком.. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч	1. Ходьба по скамейке на носках в руках веревочка 2.. Прыжки через предметы, чередуя на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед 3. Перебрасывание мяча друг другу, сидя по-турецки 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису
Подвижные игры	«Удочка»	«Перелет птиц»	«Гуси-гуси»	«Мы – весёлые ребята»,
Малоподвижные игры	«Эхо»	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди промолчи»	и «Летает-не летает».

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег в рассыпную, с остановкой на сигнал			
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кубиками	Парами с палкой
Основные виды движений	1. Ползание по гимнастической	1. Подпрыгивание на двух ногах	1. Подлезание под шнур боком,	1. Ходьба по гимн. скамейке, бросая

	скамейке на животе, подтягивание двумя руками 2. Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Бег по наклонной доске	«Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове 5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы	прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе 3. Прыжки с места на мат, прыжки на правой и левой ноге между предметами 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2. Спрыгивание со скамейки на мат. 3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя 4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом
Подвижные игры	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Медведи и пчелы»	«Эстафета парами»
Малоподвижные игры	«Угадай по голосу»	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки». (музыкальная)

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полуприседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасывании ног назад. Дыхательные упражнения			
ОРУ	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20см) на мат 2. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке 3. Перешагивание через бруски, справа и слева от него	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатом мяча по талии 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание вдаль 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь (кошечка)

	4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)	перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине)	присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	
Подвижные игры	«Кто скорее до флажка»	«Охотники и зайцы»	и «Хитрая лиса»	«Эстафета рюкзачком»
Малоподвижные игры	«Сделай фигуру».	«Летает-летает».	не «Найди и промолчи»	и «Подарки»

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег			
ОРУ	С мячом	С палкой	С обручем	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске (40см). 2. Прыжки на правой и левой ногах между кубиками. 3. Попади в обруч (правой и левой) 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису 3. Прыжки в длину с места 4. Метание в цель	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, прыгнуть. 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4. Метание в даль	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, прыгнуть, с перешагиванием через рейки 2. Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель 4. Пролезание в обруч правым и левым боком
Подвижные	«Ловишка с мячом»	«Мышеловка»	«Ловля обезьян»	«Мы веселые

игры				ребята»
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Затейники»	«Найди промолчи» и

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке раскладывая и собирая мелкие кубики 2. Прыжки через скакалку (неподвижную). 3. Прокатывание мяча между кеглями 4. Ползание по пластунски до обозначенного места	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м)	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке
Подвижные игры	«Пустое место»	«Охотники и зайцы»	«Лиса курятнике»	«Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп»
Малоподвижные игры	«Зима»	«На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим с флажком в руках	«Найди промолчи»,	«Стоп»

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности

Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове 2. Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола(расстояние 1,5м). 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Ползание попластунски в сочетании с перебежками	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой. 3. Пролезание в обручи 4. Прыжок в высоту с разбега	1. Ходьба по ограниченной поверхности боком, с хлопками перед собой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна. 5. Подлезание под дугу	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Прыжки со скамейки на мат 4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом
Подвижные игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Хитрая лиса»	«Караси и щука»
Малоподвижные игры	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Затейники»

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево			
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кубиками	С султанчиками
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на	1. Ходьба по ограниченной опоре с перебрасыванием	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки через	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на

	кругом и передачей мяча перед собой на каждый шаг 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой 4. Вис на гимнастической стенке	малого мяча перед собой 2. Прелезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки в высоту	скакалку 3. Метание вдаль набивного мяча 4. Ползание по туннелю. 5. Прокатывание обручей друг другу	голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку
Подвижные игры	«Медведи и пчелы»	«Удочка»	«Горелки»	«Ловишка с ленточками»
Малоподвижные игры	«Стоп»	«Найди промолчи»	и «Парашют»	«Кто ушел»

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке

		и вперед		
Подвижные игры	«Быстрые меткие»	и «Парашют» (с бегом)	«Вышибалы»	«Эстафета парами»
Малоподвижные игры	«Найди промолчи»	и «Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«В тише едешь дальше будешь»

ИЮНЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке
Подвижные игры	«Быстрые меткие»	и «Парашют» (с бегом)	«Вышибалы»	«Эстафета парами»
Малоподвижные игры	«Найди промолчи»	и «Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«В тише едешь дальше будешь»

2.4. Перспективный план взаимодействия с родителями на 2019/20 уч.год.

	Тема, содержание	Срок проведения	Формы организации
	«Физическое развитие детей» - возрастные особенности детей данного возраста; - задачи по физическому воспитанию на год; - требования к одежде детей на физкультурных занятиях обучения спортивным играм в летнее время	сентябрь	Выступление на родительских собраниях:
	«10 советов родителям»	сентябрь	Памятка
	«Физкультура в детском саду и дома» - соблюдение режима дня; - проведение утренней гимнастики; - подвижные и спортивные игры с детьми на свежем воздухе.	октябрь	Консультация
	«Наш веселый звонкий мяч»	ноябрь	Занятие с родителями
	«Воспитание правильной осанки у ребёнка»	декабрь	консультация
	«Как мы просыпаемся»	декабрь	Памятка
	«Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ и дома» - формы проведения физкультурно-оздоровительной работы в детском саду; - режим дня дома	декабрь	Выступление на родительских собраниях:
	«Растим детей здоровыми», крепкими, жизнерадостными» - развитие физических качеств у детей	январь	Консультация
	«Как устроить спортивный уголок в квартире» - упражнения на спортивном комплексе	январь	Индивидуальная консультация:
	Выставка фотографий « Как мы занимаемся физкультурой в детском саду»	февраль	Выставка
	Забавы на Масленицу	март	Праздник
	«Физкультурно-оздоровительная работа в течении года»	март	Индивидуальная консультация:
	«Советы родителям по обучению детей спортивным играм»	апрель	Памятка

«Закаляйся, если хочешь быть здоров!» - принципы закаливания - дыхательная гимнастика как один из методов профилактики простудных заболеваний	апрель	Индивидуальная консультация:
«Семь родительских заблуждений о морозной погоде» - как правильно одеть ребенка; - сколько времени гулять с ребенком; - должен ли гулять простуженный ребенок.	март	Индивидуальная консультация:
«Как правильно выбрать велосипед ребенку»	май	Памятка
«Морское путешествие» - с участием родителей	май	развлечение
«Здоровый ребенок наша цель» - ознакомление родителей с результатами диагностики; - как организовать отдых детей	Апрель-май	Выступление на родительских собраниях:
«День защитника Отечества», «Мама, папа я - спортивная семья»	Февраль, апрель	Участие родителей в музыкально-физкультурных праздниках
для родителей по теме: «Физическое воспитание детей»	В течении года	Оформление стендов

2.5 Физкультурно-оздоровительная работа в образовательном учреждении.

Деятельность ГБДОУ № 51 строится с позиции охраны жизни, сохранения и укрепления здоровья детей. В детском саду сложилась и действует комплексная система физкультурно-оздоровительной работы, основными задачами которой являются:

- Создание условий для радостной и содержательной жизни в детском саду;
- Обеспечение охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, обеспечение эмоционального благополучия;
- Формирование жизненно-необходимых двигательных умений и навыков;
- Воспитание потребности в здоровом образе жизни;

Ведущими составляющими деятельности по сохранению здоровья детей в ГБДОУ №51 являются:

- Рациональная организация воспитательно-образовательного процесса в соответствии с санитарными нормами и гигиеническими требованиями.
- Организация оптимальной двигательной активности в течение дня.

- Организация сбалансированного питания воспитанников.
- Формирование ценности здорового образа жизни.
- Систематическое внедрение профилактических и оздоровительных мероприятий.

№№	Разделы и направления работы	Формы работы	Ответственный
1.	Использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ДОУ	Режимы: типовой режим дня по возрастным группам щадящий режим дня оздоровительный режим дня	Зам.зав. по УВР воспитатели, педагоги-специалисты
2.	Разнообразные виды организации режима двигательной активности ребенка: 2.1. Совместная деятельность	утренняя гимнастика физкультминутки, физкультпаузы совместная деятельность в ходе реализации образовательной области «Физическая культура» совместная деятельность в ходе реализации образовательной области «Музыка» спортивные праздники и досуги спортивные соревнования походы-прогулки спортивные игры подвижные игры на воздухе и в помещении дни здоровья/каникулы	Воспитатели, инструктор по физической культуре музыкальный руководитель
	2.2. Самостоятельная деятельность	Самостоятельная двигательная активность детей в помещении и на прогулке	Воспитатели
3.	Оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение: 3.1. Диспансеризация	профилактические осмотры детей декретированных возрастных групп	Врач-педиатр
		профилактические осмотры врачей-специалистов по медицинским показаниям	Врач-педиатр, ст. медсестра
		компьютерный мониторинг здоровья детей	Врач-педиатр, инструктор по физической культуре

3.2. Профилактические мероприятия	целенаправленные гимнастические комплексы комплексы адаптационной гимнастики тренажерный путь «кишечный» комплекс глазной комплекс	Воспитатели, инструктор по физической культуре
	физиотерапевтические процедуры: бактерицидное облучение помещений	Медсестра
	фильтры для воды	Ст. медсестра, повара
	комплекс неспецифической профилактики ОРВИ, гриппа, лор-заболеваний витаминопрофилактический комплекс иммунокоррекция вакцинопрофилактика	Врач-педиатр, ст. медсестра
3.3. Общеукрепляющие мероприятия	режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, на занятиях по физкультуре, во время прогулок	Воспитатели
	режим проветривания и оптимизации вентиляции во время дневного сна	Воспитатели
	местные и общие воздушные ванны	Воспитатели
	свето-воздушные ванны и солнечные ванны в весенне-летний сезон	Воспитатели
4. Организация питания	оздоровительное питание в соответствии с действующими натуральными нормами	Ст. медсестра, повара
	индивидуальная диета для детей страдающих аллергическими заболеваниями, избыточным весом	Ст. медсестра, повара

		пищевые добавки: бифидокефир / сок	Врач-педиатр, ст. медсестра, повара
5.	Педагог психологическое сопровождение развития	- создание психологического климата в ДОУ	Воспитатели
		обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности	Воспитатели, педагоги-специалисты
		личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми	Воспитатели
		формирование основ коммуникативной деятельности у детей	Воспитатели
		медико-педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период	Врач-педиатр, воспитатели
6.	Формирование основ гигиенических знаний и здорового образа жизни	развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья	Зам.зав. по УВР, воспитатели, инструктор физвоспитания
		воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков интереса и любви к физической активности	Воспитатели, инструктор по физической культуре
		формирование основ безопасности жизнедеятельности	Воспитатели

2.5. План основных мероприятий на 2019\20 уч.г.

Месяц	Тема мероприятия	Формы мероприятий
Сентяб	Спортивные мероприятия (совместно с родителями);	«Осенний марафон» (Игровые задания и спортивные состязания на улице)
	День знаний.	Совместно с музыкальным руководителем
Октябрь	Неделя здоровья, спорта и безопасности жизнедеятельности.	Спортивный досуг «В гостях у Витаминки»

	Праздник Осени.	Совместно с музыкальным руководителем
Ноябрь	День Матери.	Совместно с музыкальным руководителем
Декабрь	Тренинг родителей по профилактике плоскостопия и нарушения осанки	Совместное занятие с родителями
	Праздник Новогодней елки.	Совместно с музыкальным руководителем
Январь	Проведение целенаправленной работы среди родителей по пропаганде здорового образа жизни.	Спортивные состязания на лыжах
Февраль	«Наши папы молодцы, наши папы удалцы!»	Спортивные соревнования приуроченные к Дню Защитника Отечества, среди пап
Март	Весенний концерт для мам.	Совместно с музыкальным руководителем
	Праздник «Масленица».	Совместно с музыкальным руководителем
	Спортивный досуг «На дороге не зевай!»	Совместно с логопедом и психологом
	День Здоровья	«Детям - спички не игрушка!», спортивный досуг
май	День Победы.	Совместно с музыкальным руководителем
	День рождения Санкт-Петербурга.	
	Праздник выпускников	
июнь	Наш А.С. Пушкин.	Совместно с музыкальным руководителем
	Праздник русской березки.	
	Мы – юные пожарники. Спортивно-музыкальный досуг.	

3. Организационный раздел.

3.1 Материально-техническое обеспечение Рабочей программы

№	Наименование	Размеры, масса	Количество
1	Набор мягких модулей большой «Альма»		1
2	Тактильная дорожка «Змейка» из 8 шт.	Диаметр – 230 мм. Высота – 30 мм.	1
3	Кочки - ёжики		10
4	Доска с ребристой поверхностью	Длина – 1500 мм Ширина – 200 мм Высота – 30 мм	1
5	Дорожка змейка (канат)	Длина – 2000 мм Диаметр – 60 мм	2
6	Дуга большая	Высота – 500 мм Ширина – 500 мм	1
7	Дуга малая	Высота – 300 мм Ширина – 500 мм	1
8	Канат гладкий	Длина – 2700 мм	1
9	Канат с узлами	Длина – 2300 мм Диаметр – 26 мм Расстояние между узлами – 380 мм	1
10	Кегли (набор)		1
11	Кольцеброс (набор)		3
12	Кольцо плоское	Диаметр – 180 мм	20
13	Контейнер для хранения мячей передвижной		2
14	Куб малый	Ребро – 200 мм	
15	Куб большой	Ребро – 400 мм	
16	Лента короткая	Длина – 500 – 600 мм	40
17	Лента длинная	Длина – 1150 – 1200 мм	20
18	Лестница верёвочная	Длина – 2700 – 3000 мм Ширина – 400 мм Диаметр перекладин – 30 мм	1
19	Лестница деревянная	Длина – Ширина – Диаметр перекладины – Расстояние между перекладинами -	1
20	Мат большой	Длина – 2000 мм Ширина – 1380 мм Высота – 70 мм	1

21	Мат малый	Длина – 1000 мм Ширина – 1000 мм Высота – 70 мм	2
22	Мешочек малый	Масса – 150 – 200 г.	25
23	Мешочек большой	Масса – 400 г	20
24	Мишень навесная	Длина – 600 мм Ширина – 600 мм Толщина – 15 мм	1
25	Мячи большие	Диаметр – 200 – 250 мм	25
26	Мячи средние	Диаметр – 100 – 120 мм	20
27	Мячи малые	Диаметр – 60 – 80 мм	25
28	Мячи утяжеленные (набивные)	Масса – 0.5 кг.	20
29	Обруч малый	Диаметр – 550 – 600 мм	20
30	Обруч большой	Диаметр – 1000 мм	
31	Палка гимнастическая короткая	Длина – 750 мм	20
32	Палка гимнастическая длинная	Длина – 2500 – 3000 мм	3
33	Скакалка короткая	Длина – 1200 – 1500 мм	24
34	Скакалка длинная	Длина – 3000 мм	1
35	Скамейка гимнастическая деревянная	Длина – 3000мм Ширина – 240 мм Высота – 300 мм	2
36	Стенка гимнастическая	Высота – 2700 мм Ширина пролёта – Расстояние между рейками -	4 пролёта
37	Угол передвижной		1
38	Шест гимнастический	Высота – 2700– 3000 мм Диаметр – 40 мм	1
39	Шнур короткий плетёный	Длина – 750 мм	25
40	Шнур плетёный длинный	Длина – 1500 – 2000 мм	3
41	Щит баскетбольный навесной с корзиной	Длина – 590 мм Ширина – 450 мм Внутренний диаметр корзины – 450 мм Длина сетки – 400 мм	1

3.2 Режимы дня и распорядок

Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении.

(Описание ежедневной организации жизни и деятельности детей в зависимости от их возрастных и индивидуальных особенностей и социального заказа родителей, предусматривающее личностно-ориентированные подходы к организации всех видов детской деятельности).

Режимы дня.

Режимы дня в разных возрастных группах разработаны на основе санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях», изменений к ним (СанПиН 2.4.1. 3049 -13) и скорректированы с учетом ФГОС ДО к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей строится на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей и социального заказа родителей и предусматривает личностно-ориентированный подход к организации всех видов детской деятельности.

Организация двигательного режима.

Одним из многообразных факторов, влияющих на состояние, здоровья и развитие ребенка-дошкольника, является двигательная активность (ДА). Благоприятное воздействие на организм может быть оказано только в том случае, если ее уровень находится в пределах оптимальных величин. Двигательный режим включает в себя разные виды занятий по физической культуре и самостоятельную деятельность, в которых четко прослеживаются локомоторные действия детей.

В связи с учетом особенностей ДА детей дошкольного возраста в ДОУ разработан рациональный режим двигательной активности .

При разработке модели ДА учитывали следующие факторы:

- удовлетворение детьми биологической потребности в двигательной активности;
- рациональное содержание двигательной деятельности, основанное на оптимальном соотношении разных видов занятий, подобранных с учетом возрастных и индивидуальных особенностей;
- двигательная активность должна соответствовать опыту ребенка, интересам, желаниям, функциональным возможностям организма, что составляет основу индивидуального подхода;
- оптимизация ДА за счет дополнительных видов занятий двигательного характера с использованием нетрадиционных методик.

Структура непрерывной образовательной деятельности.

Согласно п. 12.5 раздела XII "Требования к организации физического воспитания" СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций", утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26, непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 5 до 7 лет организуют не менее 2 раз в неделю в спортивном зале. Продолжительность занятий увеличивается по сравнению с предыдущим годом за счет усложнения упражнений, отработки техники движений и увеличения времени выполнения. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Образовательная область «Физическое развитие» реализуется с 1 сентября по 30 июня в форме НОД (по расписанию НОД) – подвижные игры на прогулке (отражается в календарном плане-графике), а также в форме праздников и досугов в соответствии с тематическим планом.

Продолжительность учебной недели – 5 дней (понедельник – пятница)

Продолжительность учебного года – с 1 сентября по 30 июня

Кол-во НОД в неделю в группе компенсирующей направленности :

Физическая культура в зале -2

Физическая культура на улице -1

В структуре непрерывной образовательной деятельности выделяются:

Вводная часть, которая направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости), включающая в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть, в ходе которой выравнивается функциональное состояние организма детей. В ней дети выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Структура оздоровительно-игрового часа на улице.

Третье физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно- игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под строгим контролем инструктора по физической культуре в соответствии с учебным планом. При проведении оздоровительно-игрового часа инструктором по физической культуре учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весенне - летний период и ее снижение в осенне - зимний период.

Оздоровительная разминка: различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия: и осанки.

Оздоровительно-развивающая тренировка: развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре.

Режим двигательной активности

Режимные моменты	5-6 лет		6-7 лет	
	Время в режиме дня	Длительность	Время в режиме дня	Длительность
Прием, осмотр, игры, Дежурство; Утренняя гимнастика	7.00-8.30	1 час 30 мин	7.00-8.30	1 час 30 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.55	15 мин.	8.30-8.50	15мин.
Игры, подготовка к НОД	8.55-9.00	5 мин.	8.50-9.00	5 мин.
НОД	9.00-10.00	35 мин.	9.00-11.05	40 мин.
Игры, второй завтрак, подготовка к прогулке	10.00-10.20	15 мин.	10.50-11.10	15 мин.
Прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.20-12.15	1 час 55 мин.	11.10-12.30	1 час 20 мин

Возвращение с прогулки, игры Подготовка к обеду, обед	12.15-13.00	25 мин.	12.30-13.00	15 мин.
Подготовка ко сну, сон	13.00-15.00		13.00-15.00	
Постепенный подъем, воздушные процедуры, игры	15.00-15.15	10 мин.	15.00-15.15	10 мин.
Чтение, игры, самостоятельная деятельность, экспериментирование и труд,	15.15-16.00	45 мин.	15.15-16.00	45 мин.
Подготовка к полднику. Полдник	16.00-16.30	10 мин.	16.00-16.30	15 мин.
Игры. Подготовка к прогулке.	16.30-16.45	15 мин.	16.30-16.50	20 мин.
Прогулка	16.45-17.45	1 час	16.50-17.45	1 час
Игры, самостоятельная деятельность. Уход детей домой	17.45-18.00	15 мин.	17.45-18.00	15 мин.
Всего:	7 часов 40 мин.		7 часов 15 мин.	

Физкультурно-оздоровительный режим

Содержание работы	Время проведения	Исполнитель
Прием детей	Ежедневно 7.00-8.00	Воспитатели 1 -й смены
Осмотр детей	Ежедневно 8.00-9.00	Медицинская сестра
Утренняя гимнастика	Ежедневно по режиму	Инструктор по ФИЗО
Завтрак, обед, полдник, ужин	По режиму	Повар, кладовщик, воспитатели
Физкультурные занятия	По сетке	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Музыкальные занятия	По сетке	Музыкальный руководитель, воспитатели
Физкультминутки	По мере необход.	Воспитатели
Игры между занятиями	Ежедневно	Воспитатели
Прогулка	По режиму	Воспитатели
Подвижные игры	По плану	Воспитатели
Спортивные игры	По плану	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Спортивные упражнения на прогулке	По плану	Воспитатели
Физкультурный досуг	1 раз в квартал	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Физкультурный праздник	2 раз в год	Инструктор по ФИЗО, старший воспитатель, воспитатели
Корректирующая гимнастика (для глаз, дыхательная, пальчиковая)	Ежедневно	Воспитатели
Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно	Воспитатели, инструктора по ФИЗО

Дневной сон	По режиму	Воспитатели
Гимнастика после сна	Ежедневно	Воспитатели
Закаливающие мероприятия (облегченная одежда, мытье рук до локтя, умывание прохладной водой, питьевой режим, солнечные ванны, полоскание рта холодной водой, ходьба по массажным дорожкам и т.д.)	В течение дня ежедневно	Воспитатели, медицинская сестра, инструктор по ФИЗО
Обследование физического развития детей	2 раза в год	Инструктор по ФИЗО,
Медико-педагогический контроль за проведением физкультурных занятий	1 раз в месяц в каждой группе	Заведующий, старший воспитатель, медицинская сестра, инструктор по ФИЗО
Медико-педагогический контроль за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий	1 раз в месяц в каждой группе	Заведующий, старший воспитатель, медицинская сестра
Тепловой и воздушный режим	По графику	Воспитатели, завоз, медицинская сестра
Кварцевание групп	По графику	Воспитатели, мед.сестра
Санитарно- гигиенический режим	Постоянно	Воспитатели, медицинская сестра
Консультативная просветительская работа среди педагогов по вопросам физического развития и оздоровления	По годовому плану	Заведующий, инструктор по ФИЗО, старший воспитатель, педагог-психолог
Консультативная просветительская работа среди родителей по вопросам физического развития и оздоровления	По годовому плану	Заведующий, инструктор по ФИЗО, старший воспитатель, педагог-психолог

Физкультурно-оздоровительная работа

Содержание работы	Срок	Ответственный
ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА		
Составление плана прохождения учебного материала по всем возрастным группам	Ежемесячно	Инструктор по ФИЗО
Составления графика индивидуальных занятий с детьми, не усваивающими программу	Сентябрь-октябрь	Инструктор по ФИЗО
Подбор методик для детей с отклонениями в развитии с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей	Сентябрь-октябрь	Инструктор по ФИЗО
Подбор методик для разных возрастных групп	1-й квартал	Инструктор по ФИЗО
Разработка конспектов спортивных досугов для всех возрастных групп	Ежемесячно	Инструктор по ФИЗО
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА		
Антропометрия	Сентябрь, апрель	Медицинская сестра
Уточнение списка детей по группам здоровья	Сентябрь	Медицинская сестра

Медико-педагогический контроль за поведением занятий и закаливающих процедур	По плану	Заведующий ДОУ, медицинская сестра, зам. зав. по ВОР
Проведение мониторинга по физическому развитию	Апрель	Инструктор по ФИЗО, зам. зав. по ВОР, воспитатель
ФИЗКУЛЬТУРА И ОЗДОРОВЛЕНИЕ В РЕЖИМЕ ДНЯ		
Ежедневное проведение утренней гимнастики: на воздухе, в помещении	В течение года	Инструктор по ФИЗО
Физкультурные занятия	По плану	Инструктор по ФИЗО
Проведение физкультминуток	По мере необходимости.	Воспитатели
Проведение гимнастики после сна	В течение года	Воспитатели
Проведение закаливающих мероприятий	В течение года	Воспитатели, медицинская сестра
Проведение упражнения для глаз	В течение года	Воспитатели
ОРГАНИЗАЦИОННО-МАССОВАЯ РАБОТА		
Проведение для здоровья	1 раз в квартал	Инструктор по ФИЗО зам. зав. по ВОР
Участие в спортивных мероприятиях	По плану	Инструктор по ФИЗО, зам. зав. по
Проведение физкультурных досугов	1 раз в месяц	Инструктор по ФИЗО, зам. зав. по ВОР
Проведение физкультурных праздников	2 раза в год	Инструктор по ФИЗО, старший воспитатель
Оборудование спортивных уголков в группах	В течение года	Инструктор по ФИЗО, зам. зав. по ВОР
РАБОТА С ПЕДКОЛЛЕКТИВОМ И РОДИТЕЛЯМИ		
Освещение вопросов физического воспитания и оздоровления детей на педагогических советах и родительских собраниях	По плану	Инструктор по ФИЗО, медицинская сестра, зам. зав. по ВОР
Привлечение родителей к подготовке и проведению спортивных праздников, физкультурных досугов, дней здоровья	В течение года	Заведующий ДОУ, Инструктор по ФИЗО
Оформление наглядного материала для родителей и воспитателей	В течение года	Инструктор по ФИЗО

Структура непрерывной образовательной деятельности.

Согласно п. 12.5 раздела XII "Требования к организации физического воспитания" СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций", утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26, непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 5 до 7 лет организуют не менее 2 раз в неделю в спортивном зале. Продолжительность занятий

увеличивается по сравнению с предыдущим годом за счет усложнения упражнений, отработки техники движений и увеличения времени выполнения. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

В структуре непрерывной образовательной деятельности выделяются:

Вводная часть, которая направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости), включающая в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть, в ходе которой выравнивается функциональное состояние организма детей. В ней дети выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Структура оздоровительно-игрового часа на улице.

Третье физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно- игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под строгим контролем инструктора по физической культуре в соответствии с учебным планом. При проведении оздоровительно-игрового часа инструктором по физической культуре учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весенне - летний период и ее снижение в осенне - зимний период.

Оздоровительная разминка: различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия: и осанки.

Оздоровительно-развивающая тренировка: развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре.

3.3. График работы инструктора по физкультуре

Циклограмма рабочего дня инструктора по физической культуре Коноплёвой Яны Сергеевны на 2019-2020 год.

Понедельник	Вторник	Среда
8.00-8.30- Зарядка	8.00-8.30-Зарядка	<u>Д/С на Штурманской 40</u>
8.30-9.00- Подготовка к НОД	8.30-9.00-Подготовка к НОД	8.00-8.30-Зарядка
9.00- 9.20- НОД в 3 средней группе	9.00-9.15-НОД во второй 1 младшей группе	8.30-9.00-Подготовка к НОД
9.30-9.55- НОД в 3 старшей группе	9.25-9.40 – НОД во второй 3 младшей группе	9.00-9.20-НОД в 2 средней группе
10.05-10.35- НОД в 2 подготовительной группе	9.50-10.10-НОД в 1 средней группе	9.30-9.45- НОД во второй 2 младшей группе
10.40.-10.55- Динамическая прогулка вторая младшая 3	10.20-10.50-НОД в подготовительной 1 группе	9.55-10.15-Индивидуальная работа с детьми
11.20-11.50- Динамическая	10.55-11.15- Динамическая	10.20-10.50- НОД в 2 логопедической группе
		10.55-11.10- Динамическая прогулка в 1 младшей группе
		11.15-11.35- Динамическая прогулка в 3

прогулка в 2 подготовительной группе <u>Д/С на ШТУРМАНСКОЙ 40</u> 11.50-12.00- подготовка к НОД 12.00-12.30- НОД в логопедической группе 12.30-13.00 – Изготовление спортивных атрибутов к физкультурным занятиям 13.00-14.00-Работа с воспитателями 15.45-16.05- НОД в 2 младшей группе 16.10-16.35- НОД в старшей группе 16.35-17.00- Подготовка К НОД (конспекты, атрибуты)	прогулка в 2 средней группе <u>11.20-11.40- Динамическая прогулка в подг.гр.компенс.напр.</u> 11.40-12.00- Оздоровительный бег в 2 подготовительной группе 12.00-13.00-Пополнение и обновление картотеки спортивных игр 13.00-14.00-Подготовка к НОД 14.00-15.00-Заполнение тетрадей взаимосвязи с педагогами 15.10-15.40- Пополнение картотеки пот п/и 15.45-16.10 - НОД в старшей 1 групп 16.10-16.45- Индивидуальная работа с детьми	средней 11.40-12.05- Динамическая прогулка в 1 подготовительной группе 12.10-13.00-Изготовление спортивных атрибутов к спортивным досугам 13.00-14.00- Работа с воспитателями <u>Д/С на Штурманской 38</u> 14.00-15.00-Работа с воспитателями 15.15-15.30- Заполнение тетради ВЗ со специалистами 15.45-16.10- НОД в 3 старшей группе 16.15-16.45- Физкультурный досуг: 1 нед.- 1 вторая младшая группа; 2 нед. – 3 вторая младшая группа; 3 нед. – 3 старшая группа; 4 нед. – 1 подготовительная гр
Четверг	Пятница	
8.00-8.30-Зарядка 8.30-9.00-Подготовка к НОД 9.00-9.15-НОД в 1 младшей группе 9.25-9.40 -НОД в 3 младшей группе 9.50- 10.15 -НОД в 1 старшей группе 10.25-10.55-НОД в 1 подготовительной группе 11.00-11.20- Динамическая прогулка в 1 средней группе 11.20-11.40- Динамическая прогулка в 2 младшей 11.40-12.00- Оздоровительный бег в 2 старшей группе 12.00-.12.30- Индивидуальная работа с детьми 12.30-13.00-Заполнение тетрадей взаимосвязи с педагогами 13.00-14.00- Консультации для родителей 14.00-15.00-Подготовка к физкультурным досугам 15.45-16.30- Физкультурный досуг : 1 нед.- 1 средняя группа 2 нед. – 3 средняя группа 3 нед.- 3 старшая группа 4 нед.- 2 подготовительная гр.	8.00-8.30-Зарядка 8.30-9.00-Подготовка к НОД 9.00-9.20-НОД 1 средней группе 9.30-9.50-НОД в 3 средней группе 10.00-10.30-НОД в 2 подготовительной группе 10.35-10.55- Динамическая прогулка в 3 старшей группе 11.00-11.25- Динамическая прогулка в 2 старшей группе 11.30-11.55-Динамическая прогулка в логопедической группе <u>Д/С на Штурманской 40</u> 12.00-12.20-НОД в 2 средней группе 12.20-13.00- Пополнение картотеки «Подвижные игра на свежем воздухе» 13.00-14.00-Работа с воспитателями 14.00-15.00- Консультации для родителей 15.45-16.05-Физкультурный досуг в 2 младшей группе(1 нед) !6.10-16.30- Физкультурный досуг в 2 старшей группе (1нед) <u>15.45-16.15-Физкультурный досуг в логопедической группе</u>	

Расписание НОД по физической культуре на 2019-2020 учебный год.

Группы	Понедельник	Вторник	Среда	Пятница
Подготовительная группа компенсирующей направленности 6-7 лет	12.00 – 12.30	<u>11.20-11.40- Динамическая прогулка</u>	10.20 - 10.50	Физ.досуг 1-я неделя 15.45 – 16.15

3.4 Учебно-методический комплекс образовательного процесса

№	Автор	Наименование
1	Аверина И.Е.	Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практ. пособие / И.Е. Аверина. – 4-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2008. – 144 с. – (Дошкольное воспитание и развитие).
2	Агапова И.А., Давыдова М.А.	Подвижные игры для дошкольников / Авт.-сост. И.А. Агапова, М.А. Давыдова. – М.: АРКТИ, 2008. – 156 с. (Растем здоровыми).
3	Адашкявичене Э. И.	Баскетбол для дошкольников. – М., 1983.
4	Вавилова Е. А.	Учите детей бегать, прыгать, лазать. – М., 1983
5	Вавилова Е. А.	Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. – М., 1981
6	Верaksa Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А.	Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы.
6	Власенко Н.Э.	300 подвижных игр для дошкольников: практ. Пособие / Н.Э. Власенко. – М.: Айрис-пресс, 2011. – 160 с.: ил. – (Культура здоровья с детства).
7	Голощекина М.П.	Лыжи в детском саду. – М., 1977
8	Гришина В. Г.	Игры с мячом и ракеткой: (Из опыта работы). Пособие для воспитателя ст. групп дет. сада. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Просвещение, 1982. – 96. С.
9	Железняк Н.Ч., Желобкович Е.Ф.	100 комплексов ОРУ для старших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования. М.: Скрипторий 2003, 2009.
10	Железняк Н.Ч.	Занятия на тренажёрах в детском саду. М.: Скрипторий 2003, 2009.
11	Желобкович Е.Ф.	Футбол в детском саду. Конспекты занятий. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009. – 88 с.
12	Кенеман А. В., Хухлаева Д.В.	Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М., 1981
13	Ковалько В.И.	Азбука физкультурных минуток для дошкольников: Средняя, старшая, подготовительная группы. – М.: ВАКО, 2008. – 176 с. – (дошкольники: учим, развиваем, воспитываем).
14	Лескова Т.П., Буцинская П.П., Васюкова В.И.	Общеразвивающие упражнения в детском саду. – М., 1981.
15	Осокина Т.И.	Физическая культура в детском саду. – М., 1978.
16	Пензулаева Л.И.	Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009. – 80 с.
17	Пензулаева Л.И.	Физкультурные занятия с детьми 4 – 5 лет. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009. – 80 с.

18	Пензулаева Л.И.	Физкультурные занятия с детьми 5 – 6 лет. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009. – 80 с.
19	Пензулаева Л.И.	Физкультурные занятия с детьми 6 – 7 лет. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009. – 80 с.
20	Пустынникова Л. М.	Коньки в детском саду. – М., 1979.
21	Степаненкова Э.Я.	Методика физического воспитания. – М., 2008.
22	Т.А. Тарасова	Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 176 с. – (Приложение к журналу «Управление ДОУ»)

