

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №54  
Фрунзенского района Санкт-Петербурга

**Принято решением**

Педагогического совета  
ГБДОУ детский сад №54  
Протокол № 1 от 02.09.2024 г.

**Утверждаю**

Заведующий ГБДОУ детский сад №54  
Е.В.Штоколова  
Приказ № 63-о от 02.09.2024 г.

## **Рабочая программа**

инструктора по физической культуре  
Семеновы Екатерины Леонидовны

Санкт-Петербург  
2024 г.

## Содержание:

<b>I</b>	<b>Целевой раздел:</b>	2
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.1.	Цели и задачи реализации программы	4
1.1.2.	Нормативные документы	4
1.1.3.	Программно-методическое обеспечение	6
1.1.4.	Приоритетные направления организации работы	7
1.1.5.	Принципы и подходы к формированию программы	8
1.2.	Планируемые результаты освоения программы	14
<b>II</b>	<b>Содержательный раздел:</b>	15
2.1.	Содержание программы по возрастным группам.	15
2.2.	Календарный план	19
2.3.	Способы направления и поддержки детской инициативы	26
<b>III</b>	<b>Организационный раздел:</b>	28
3.1.	Организация условий жизнедеятельности детей	28
3.2.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды физкультурного зала	29
3.3	Режим двигательной активности	31
3.4	Литература	32

## **I. Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дошкольный возраст - важный период формирования человеческой личности. Именно в детском возрасте формируются основы физического и психического здоровья детей.

В общей системе образования и воспитания физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Формирование физических качеств, двигательных умений и навыков тесно связано с психическим здоровьем ребенка, с воспитанием эстетических чувств и нравственно - волевых черт личности. Задачи физического воспитания должны решаться в комплексе и взаимосвязи с задачами умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания.

Приоритетным направлением в работе с детьми дошкольного возраста должно быть физическое воспитание дошкольников, направленное на повышение сопротивляемости детского организма к неблагоприятным факторам внешней и внутренней среды, усвоение теоретических знаний из области физической культуры, формирование двигательных умений и навыков, развитие физических и психических качеств и способностей, интереса и потребности в физическом совершенствовании, всестороннем формировании личности ребенка.

Основой физического здоровья ребенка следует считать уровень развития и особенности функционирования его органов и систем. Уровень развития обусловлен программой, которая природой заложена в каждом ребенке и опосредована его базовыми потребностями. Именно удовлетворение доминирующих базовых потребностей является условием индивидуально - гармоничного развития ребенка. Современный педагог, работая с дошкольниками, призванный заботиться о здоровье ребенка, не вправе относиться к нему как к уменьшительной копии взрослого человека, так как каждому возрастному периоду свойственны свои особенности строения и функционирования.

### **1.1.1. Цели и задачи реализации программы:**

Система физического развития и воспитания ребенка в ДОУ строится вокруг физиологического и медицинского подходов к организации воспитательно - образовательного процесса. Первостепенное значение уделяется вопросам здоровья детей и организации условий для его охраны и укрепления, а целью физического воспитания становится формирование привычки к здоровому образу жизни. Между тем, поставленная цель может реализоваться только в комплексности решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач во всех направлениях работы с дошкольниками.

#### **Цели:**

Создание оптимальных условий для развития физической культуры дошкольников, формирование потребности в здоровом образе жизни. Обеспечение охраны здоровья детей и формирование основ культуры здоровья.

#### **Задачи:**

- ✓ Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- ✓ Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- ✓ Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- ✓ Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- ✓ Воспитание культурно – гигиенических навыков;
- ✓ Формирование начальных представлений о ЗОЖ, овладение его элементарными нормами и правилами (в двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)
- ✓ Развитие интереса к участию в подвижных играх и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности, интереса и любви к спорту.

### **1.1.2. Разработка рабочей программы инструктора по физической культуре разработана на основе следующих нормативных документов:**

Программа разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее – ФГОС ДО), особенностями образовательного учреждения, региона, образовательных потребностей и запросов воспитанников, на основании

Федеральной образовательной программы дошкольного образования (ФОП ДО), утверждённой приказом Минпросвещения РФ от 25.11.2022 № 1028. Определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса на ступени и дошкольного образования.

-Конституция РФ, ст.43, 72;

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

-Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 №1155

-«Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

-Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.07.2020 №373

-«Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрирован 31.08.2020 № 59599);

-Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.02.2014 №08- 249 «Комментарии к ФГОС ДО»;

-Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. N 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

-Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21

«Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Устав ГБДОУ детский сад №54

- Основная образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ №54

- Положение о Рабочих программах педагогов ГБДОУ №54

### **1.1.3. Программно - методическое обеспечение рабочей программы**

1. «От рождения до школы» /под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой - М.; Мозаика-Синтез, 2014 год.
2. Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания», М.; Изд. Дом «Воспитание дошкольника», 2005
3. Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр», М.; 2010
4. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду. Младшая группа». Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2014.
5. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа». Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2012.
6. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа». Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2012.
7. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа». 8. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2012.

#### **Пособия:**

1.Степаненкова Э.Я. «Сборник подвижных игр для детей 2 – 7 лет», М.: Мозаика-Синтез, 2012

2.Борисова М.М. «Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет», М.: Мозаика-Синтез, 2012

3.Картотека подвижных игр, упражнений, физминуток, пальчиковой гимнастики. Нищева Н.В.– СПб.: ООО «Издательство «детство-пресс», 2010.

4.Серия наглядно-дидактических пособий «Рассказы по картинам (зимние и летние виды спорта)».- М.: Мозаика-Синтез, 2010

5.Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2–3 лет.

6. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3–4 лет.

7. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 4–5 лет.

8. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 5–6 лет.

9. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 6–7 лет.

#### **1.1.4. Приоритетные направления организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.**

##### **Структура организации образовательного процесса**

Мониторинг физической подготовленности дошкольников проводится два раза в год: сентябрь - вводная, апрель - май — заключительная, возможно в течение года проведение промежуточной диагностики (по необходимости).

Согласно учебному плану, в каждой возрастной группе проводится три физкультурных занятия еженедельно:

Продолжительность занятий:

Младшая группа – 10 минут;

Вторая младшая группа-15 минут;

Средняя группа – 20 минут;

Старшая группа – 25 минут

Подготовительная группа – 30 минут.

Третье физкультурное занятие проводится воспитателем во время организации прогулок. Спортивные праздники 2 – 3 раза в год в каждой возрастной группе.

#### **1.1.5. Принципы и подходы к формированию программы:**

- **Принцип оздоровительной направленности**, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

- **Принцип разностороннего и гармоничного развития личности**, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально - нравственного и художественно - эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
- **Принцип гуманизации и демократизации**, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно - оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, *принципа комфортности* в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.
- **Принцип индивидуализации** позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя *принцип возрастной адекватности физических упражнений*.
- **Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха**, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.
- **Принцип единства с семьей**, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно - гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях - физкультурных досугах и праздниках, походах.

Кроме принципов, выделяются методы физического развития и воспитания. Традиционно различаются три группы методов.

1. **Наглядные методы**, к которым относятся:
  - имитация (подражание);
  - демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;

- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);

- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. К **словесным методам** относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. К **практическим методам** можно отнести выполнение движений (совместно - распределенное, совместно - последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

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

- **Гигиенические факторы** (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;

- **Естественные силы природы** (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;

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

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - форм

организации физкультурно - оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

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

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей. Поэтому, кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, каждое ДООУ составляет модель двигательного режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную.

Оценка эффективности организации двигательного режима и всех форм оздоровительно - воспитательной деятельности в детском саду, направленной на физическое образование его воспитанников, оценивается с помощью следующих критериев:

1. Все физкультурные мероприятия (двигательный режим) должны составлять 50 - 60 % периода бодрствования.
2. Разученные движения для закрепления и совершенствования переносятся в повседневные формы работы: утренняя гимнастика, подвижные игры и гимнастика пробуждения с закаливающими процедурами, физкультминутки, динамический час, занятия по интересам.
3. Физические досуги и праздники повышают интерес к физическим упражнениям. При этом используется соревновательный метод, который является средством повышения двигательной активности.
4. Самостоятельная двигательная деятельность является критерием, определяющим степени овладения двигательными умениями. Если дети легко, свободно и творчески используют движения, значит, они в полной мере освоили их в организованных формах работы.

5.С детьми, отстающими в двигательном развитии необходимо систематически проводить коррекционную, дифференцированную и индивидуальную работу.

6.Вся физкультурно - оздоровительная работа проводится в тесном единстве с семьей. Родителей знакомят с физкультурно - оздоровительной работой в детском саду, информируют об уровне подготовленности ребенка (индивидуальная карта), приглашают участвовать в совместных занятиях (непосредственно образовательная деятельность по физической культуре, досуги, праздники, Дни здоровья); дают рекомендации о значении здорового образа жизни (двигательный режим) в семье. Очень важной, составной частью гармонической личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства.

#### **Интеграция с другими образовательными областями:**

Область	
Социально-коммуникативное развитие	Создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и прочее, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников.

	Участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования.
Познавательное развитие	Активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и т.д.) специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем мире (эмитация движений животных, труда взрослых), построение конструкций для подвижных игр, упражнений, эстафет (из мягких блоков, спортивного оборудования), просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, олимпийских играх, здоровом образе жизни.
Речевое развитие	Проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культуры. Разучивание считалок, потешек, речевого сопровождения подвижных игр.
Музыкальное развитие	Выполнение под музыкальное сопровождение ритмических упражнений, игры и упражнения под музыку. Проведение спортивных игр и соревнований под музыку, развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

### Нормативы физической подготовленности дошкольников

Проверка физической подготовленности детей проводится два раза в год в сентябре и в апреле - мае.

Уровень				
Тесты		Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень

Бег 30 м\сек.	Сентябрь	>9.5 – 8.9	8.8 – 7.6	7.5<
	Май	>8.7 – 8.1	8 – 7.1	7<
Бег 150 м\сек.	Сентябрь	>46– 42.1	42 – 38.1	38<
	Май	>43 – 40.1	40 – 36.6	36.5<
Бег 3\10 м. сек.	Сентябрь	>11.4 – 10.6	10.5 – 9.4	9.3<
	Май	>10.3 -9.9	9.8 – 8.9	8.8<
Прыжок в длину с места в см.	сентябрь	<90 – 99	100 – 119	120>
	Май	<100– 110	111 – 129	130>
Прыжок в высоту с разбега см.	сентябрь	<30 – 35	40 - 45	50>
	Май	<35 – 40	45-50	55>
Прыжок в длину с разбега	сентябрь	<110 – 130	140 – 170	180>
	Май	<130– 150	160 – 190	200>
Метание 200 гр. м.	сентябрь	<4.5– 5	5.1 – 6.9	7>
	Май	<5 – 5.7	5.8 – 7.9	8>
Метание 1 кг. М.	сентябрь	<2 – 2.3	2.4 – 2.9	3>
	Май	<2.3 -2.5	2.6 – 3.2	3.3>
Наклон туловища см.	сентябрь	-2 до- 1	0 +4	+5
	Май	-2 до- 1	0 +4	+5
Ловля мяча	сентябрь	1 до2	3 до 4	5
	Май	1 до2	3 до 4	5

Инструктор по физической культуре подбирает упражнения для разминки к каждому из видов упражнений, знакомит детей с правилами выполнения заданий и командами.

## 1.2 Планируемые результаты освоения программы

### Общие показатели физического развития.

Сформированности основных физических качеств и потребности в двигательной активности.

- Двигательные умения и навыки

- Двигательно-экспрессивные способности и навыки.
- Навыки здорового образа жизни.

### **Планируемые результаты:**

#### **Первая младшая группа:**

- Укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и двигательного опыта детей;
- Овладение и обогащение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

#### **Вторая младшая группа:**

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

#### **Средняя группа:**

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

#### **Старшая группа:**

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

#### **Подготовительная группа:**

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

## **II. Содержательный раздел**

### **2.1 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ПО ВОЗРАСТНЫМ ГРУППАМ**

#### **1. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 2-3 лет**

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

Основной задачей обучения является формирование умения действовать совместно – на основе подражания воспитателю или в соответствии с его указаниями. В этой группе проводятся три занятия в неделю. Обучая детей движениям, воспитатель показывает и объясняет их, а дети, подражая ему, выполняют. Упражнения проводятся в основном в игровой форме.

В первой младшей группе детей строят в колонну по одному, в шеренгу, в круг, врассыпную – сначала подгруппами, потом всей группой. Построение происходит с помощью воспитателя по зрительным ориентирам.

Общеразвивающие упражнения дети могут выполнять стоя врассыпную или в кругу.

### **Основные движения:**

1. Ходьба. В первой младшей группе нужно учить детей ходить правильно, не наталкиваясь друг на друга, формировать умение сохранять устойчивое положение тела и правильную осанку.

2. Бег. На третьем году жизни ребёнка нужно учить бегать, сохраняя равновесие и заданное направление, не наталкиваясь на предметы.

3. Прыжки. В первой младшей группе вводятся прыжки на двух ногах на месте, с продвижением, а также в длину и высоту с места. Основное внимание должно быть направлено на обучение детей отталкиванию двумя ногами, мягкому приземлению на носки при прыжках вверх и в высоту с места.

4. Катание, бросание, ловля. Ребёнка учат брать мяч, держать его и переносить одной и двумя руками, скатывать, прокатывать, энергично отталкивать в заданном направлении.

5. Ползание и лазание. Сначала детей целесообразно учить ползанию на животе, постепенно переходя к ползанию на четвереньках с опорой на колени и ладони. Это упражнение проводится фронтально и сочетается с движениями на выпрямление туловища. Аналогично организуются упражнения в подлезании.

6. Упражнения в равновесии. Умение сохранять равновесие развивается у ребёнка в процессе выполнения всех физических упражнений, а также специальных занятий. Воспитателю необходимо учитывать, что такие упражнения требуют от ребёнка концентрации внимания и преодоления чувства неуверенности, страха.

7. Подвижные игры. Роль ведущего берёт на себя воспитатель. По ходу игры он подсказывает детям их действия, подбадривает неуверенных, застенчивых. Малыши выполняют движения, подражая педагогу. Подвижную игру на занятии повторяют два-три раза.

Особенностью формирования у детей двигательных навыков на данном возрастном этапе является многократное повторение одних и тех же движений.

С первой младшей группы в режим дня включается утренняя гимнастика длительностью 4-5 минут. В содержание входят строевые упражнения, ходьба, бег, подскоки, три-четыре общеразвивающих упражнения, разученных на

занятии. Важно, чтобы дети делали гимнастику с желанием, интересом, чтобы испытывали радость от движений. Недопустимо принуждать их заниматься утренней гимнастикой.

4. Взрослый должен поддерживать двигательную активность детей, поощряя самостоятельное использование ими атрибутов для игр. Руководство самостоятельной двигательной деятельностью детей осуществляется с учётом их индивидуальных особенностей.

## **2. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 3-4 лет**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Развивать умение ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног.
2. Приучать действовать совместно.
3. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
4. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
5. Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.
6. Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.
7. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.
8. Развивать умение 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.
9. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании; ловить мяч двумя руками одновременно.

10. Обучать хвату за перекладину во время лазанья.

11. Закреплять умение ползать.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях.

2. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.

3. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

4. Формировать желание и умение кататься на санках, трехколесном велосипеде, лыжах.

5. Развивать умение самостоятельно садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

6. Развивать умение надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

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

8. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организовывать подвижные игры с правилами.

9. Поощрять самостоятельные игры детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

### **3. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 4-5 лет**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Формировать правильную осанку.

2. Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук

и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

3. Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.

4. Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы.

5. Развивать умение перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

6. Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.

7. В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.

8. 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).

9. Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.

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

11. Закреплять умение кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу.

12. Совершенствовать умение ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей.

Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.

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

3. Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

4. Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.

5. Один раз в месяц проводить физкультурные досуги продолжительностью 20 минут; два раза в год — физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью 45 минут.

6. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками,

обручами и т. д.

7. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.
8. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.
9. Приучать к выполнению действий по сигналу.
10. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

#### **4. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 5-6 лет**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.
2. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.
3. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.
4. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
5. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
6. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
7. Совершенствовать умение 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.
8. Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
9. Закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на

склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); ориентироваться в пространстве.

10. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.
2. Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.
3. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
4. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.
5. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны.
6. Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год физкультурные праздники длительностью до 1 часа.
7. Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

#### **5. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 6-7 лет**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
2. Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
3. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.
4. Добиваться активного движения кисти руки при броске.

5. Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
6. Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
7. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
8. Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.
9. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
10. Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
11. Упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.
2. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
3. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).
4. Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год - физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

## **2.2 Календарный план**

### *Физкультурные мероприятия*

№ п/п	Мероприятия	Возраст воспитанников	Сроки	Ответственные
1	«На спортивную площадку, осень в гости к нам пришла» - досуг	4-7 лет	сентябрь	Инструктор по физической культуре. воспитатели

2	«Фликер – дарит жизнь» - спортивное развлечение (ПДД)	5-7 лет	октябрь	Инструктор по физической культуре. воспитатели
3	День здоровья «Нам болезни не страшны»	Все возрастные группы	ноябрь	Инструктор по физической культуре. воспитатели
4	Что нам нравится зимой» - спортивное развлечение	4-7 лет	декабрь	Инструктор по физической культуре. воспитатели
5	Развлечение «Мы мороза не боимся»	3-7 лет	январь	Инструктор по физической культуре. воспитатели
6	Мы веселые и умелые (музыкально- спортивное развлечение)	Все возрастные группы	март	Инструктор по физической культуре. воспитатели
7	Спортивный праздник посвященный Дню космонавтики	3-7 лет	апрель	Инструктор по физической культуре. воспитатели

8	«Люблю тебя, Россия», посвященный Дню России (спортивно-музыкальный праздник)	Все возрастные группы	июнь	Инструктор по физической культуре. воспитатели
9	День физкультурника. (досуг и День здоровья)	Все возрастные группы	август	Инструктор по физической культуре. воспитатели

## Праздники, развлечения, досуги

№ п/п	Мероприятия	Возраст воспитанников	Сроки	Ответственные
1	Досуговые мероприятия, посвященные Дню знаний	все возрастные группы	Сентябрь	Воспитатели
2	День воспитателя и всех дошкольных работников (досуг)	все возрастные группы	Сентябрь	Воспитатели
3	Праздник «Здравствуй осень золотая»	все возрастные группы	Октябрь ноябрь	Музыкальный руководитель, воспитатели
4	День народного единства. Развлечение.	все возрастные группы	ноябрь	Музыкальный руководитель, воспитатели
5	Праздник «День матери»	все возрастные группы	Последняя неделя ноября	Музыкальный руководитель, воспитатели
6	День неизвестного солдата. День Героев Отечества Развлечение	3-7 лет	Первая неделя декабря	Музыкальный руководитель, воспитатели
7	Новогодние праздники	все возрастные группы	декабрь	Музыкальный руководитель, воспитатели
8	Развлечение «Зимние забавы»	все возрастные группы	Январь	Инструктор физической культуре. воспитатели
9	Развлечение «День защитника Отечества»	все возрастные группы	Февраль	Музыкальный руководитель, воспитатели
10	«Праздники, посвященные Международному женскому 8 марта»	все возрастные группы	март	Музыкальный руководитель, воспитатели
11	Всемирный день театра. Театральный фестиваль	все возрастные группы	27 марта	Музыкальный руководитель, воспитатели
12	День космонавтики. Развлечение «Космическое путешествие»	все возрастные группы	Апрель	Музыкальный руководитель, воспитатели
13	Экологический праздник, посвященный Дню Земли	все возрастные группы	Апрель	Музыкальный руководитель, воспитатели
14	1 мая - Праздник Весны и Труда	все возрастные	Май	Музыкальный

		группы		руководитель, воспитатели
15	Праздник, посвященный Дню Победы в ВОВ	все возрастные группы	Май	Музыкальный руководитель, воспитатели
16	День славянской письменности и культуры	4-7 лет	24 мая	Воспитатели
17	Выпускной бал	все возрастные группы	Май	Музыкальный руководитель, воспитатели
18	Праздник «День защиты детей»	все возрастные группы	июнь	Музыкальный руководитель, воспитатели
19	Развлечение А.С. День рождения Пушкина.	3-7 лет	июнь	Музыкальный руководитель, воспитатели
	День семьи, любви и верности.	все возрастные группы	8 июля	Музыкальный руководитель, воспитатели
	День физкультурника	все возрастные группы	12 августа	Инструктор по физической культуре. воспитатели

### **2.3. Способы направления и поддержки детской инициативы.**

Некоторые родители чрезмерно увлекают ребенка интеллектуальным развитием: посещение разнообразных курсов и кружков, не оставляя времени для игр на детских площадках, лишает ребенка общения со сверстниками в игре. Именно поэтому возрастает роль детского сада во всестороннем физическом развитии детей. В настоящее время в дошкольных организациях вводятся дополнительные развивающие занятия: ритмика, спортивные игры. Но все же основная нагрузка в плане физического развития детей ложится на физкультурные занятия.

Чтобы физкультурные занятия стали действительно развивающими, интересными, увлекательными, познавательными, в ДОУ материальная база музыкально- спортивного зала оборудована современным физкультурным оборудованием: фитболами, мягкими модулями, спортивным комплексом «Альма», гимнастическими наборами и т.д. Использование этого оборудования позволяет разнообразить занятия по физической культуре, проводить их максимально интересно и эффективно.

*Выделяются следующие нетрадиционные занятия:*

- Фитбол - гимнастика - гимнастика на больших гимнастических мячах. По структуре фитбол - гимнастика напоминает классические занятия по физическому воспитанию со строгой трехчастной формой (вводная часть, основная часть, заключительная).
- Занятия на спортивном оборудовании «Альма»
- Совместные физкультурные занятия родителей с детьми.

Для более успешного проведения данной работы необходимо учитывать возрастные особенности детей. В работе с младшими дошкольниками нужно чаще проводить занятия в форме ситуационных мини - игр, на которых дети имитируют сказочных героев, птиц, животных. Начиная со среднего возраста вводить больше тематических и вариативных физкультурных занятий. С детьми старшего возраста проводить занятия, основанные на гендерных особенностях детей. На этих занятиях дети делятся на «мальчиковую» и «девичью» подгруппы, подбираются определенные двигательные - игровые ситуации, которые способствуют формированию у ребят жизненно важных качеств: у девочек - гибкости, ловкости, пластичности, у мальчиков - силы, выносливости, быстроты.

Нетрадиционные занятия увлекают детей своим разнообразием и доступностью: они с удовольствием приходят в спортивный зал, активно участвуют в играх, перевоплощаются в различных героев, проявляют большую фантазию в соответствии с сюжетами, раскрепощаются, освобождаются от напряжения, позитивно взаимодействуют в среде сверстников. У детей формируется интерес, потребность и осознанное отношение к занятиям физическими упражнениями.

### III Организационный раздел.

**3.1. Организационные условия жизнедеятельности детей.** Организация жизнедеятельности детей по реализации и освоению содержания рабочей программы осуществляется в двух основных моделях организации образовательного процесса:- совместной деятельности взрослого и детей-самостоятельной деятельности детей.

Решение образовательных задач в рамках первой модели - совместной деятельности взрослого и детей - осуществляется как в виде непосредственно образовательной деятельности (не сопряженной с одновременным выполнением педагогами функций по присмотру и уходу за детьми), так и в виде образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов (решение образовательных задач сопряжено с одновременным выполнением функций по присмотру и уходу за детьми – утренним приемом детей, прогулкой, подготовкой ко сну, организацией питания и др.).

Непосредственно образовательная деятельность реализуется через организацию различных видов детской деятельности:

- игровой,
- двигательной,
- познавательно-исследовательской,
- коммуникативной,
- продуктивной,
- музыкально-художественной,
- трудовой,
- чтения художественной литературы или их интеграцию с

использованием разнообразных форм и методов работы.

Объем самостоятельной деятельности как свободной деятельности воспитанников в условиях созданной педагогами предметно-пространственной образовательной среды по каждой образовательной области не определяется.

Общий объем самостоятельной деятельности детей соответствует требованиям СанПиН (3-4 часа в день для всех возрастных групп). В общем объеме непосредственно образовательной деятельности и образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов, учитываются следующие закаливающие мероприятия:

- утренняя гимнастика;
- подвижные, спортивные игры,
- физические упражнения и другие виды двигательной активности;

- физкультурные занятия (в помещении и на улице);
- физкультминутки.

Проведение других закаливающих мероприятий осуществляется в пределах времени, необходимого для осуществления функций присмотра и ухода за детьми.

### ***Формы организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми.***

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - **форм организации** физкультурно – оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- непосредственно-образовательная физкультурная деятельность
- физкультурная деятельность в режимных моментах
- самостоятельная физкультурная деятельность детей
- спортивно-массовые мероприятия
- работа с семьей
- дополнительная образовательная программа «Детский фитнес»

Кроме того, задачи направленные на физическое развитие детей решаются индивидуально, в других видах деятельности, проводимые воспитателем в группе (динамические паузы, физкультурные минутки, малоподвижные игры и др.).

### **3.2 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды физкультурного зала.**

Среда развития ребенка - это пространство его жизнедеятельности. Это те условия, в которых протекает его жизнь в дошкольном учреждении. Эти условия следует рассматривать как фундамент, на котором закладывается строительство личности ребенка.

Развивающая предметная среда - это система материальных объектов деятельности ребенка, функционально моделирующая содержание его духовного и физического развития. Она должна объективно - через свое содержание и свойства - создавать условия для творческой деятельности каждого ребенка, служить целям актуального физического и психического развития и совершенствования, обеспечивать зону ближайшего развития и его перспективу.

Окружающая ребенка среда должна обеспечивать ему физическое, умственное, эстетическое, нравственное, т.е. разностороннее развитие и воспитания. Для полноценного физического развития детей, удовлетворения потребности в движении в дошкольном учреждении должны быть созданы определенные условия. В групповых комнатах выделено достаточно места для активного движения, физкультурные уголки наполнены разнообразными пособиями, в том числе и изготовленные своими руками. Оборудованы - спортивный зал и площадка на улице с различным спортивным инвентарем.

Все это повышает интерес к физкультуре, развивает жизненно важные качества, увеличивает эффективность занятий. Особое значение в воспитании здорового ребенка придается развитию движений и физической культуры детей на физкультурных занятиях. Поэтому необходимо использовать разнообразные варианты проведения физической НОД: традиционные НОД, НОД- соревнования, НОД с играми разной подвижности, непосредственно-образовательная деятельность с элементами танцевальных движений, дни здоровья. Где детям прививаются навыки по уходу за собой и оказанию первой помощи. Но нельзя лишать ребенка естественной активности, загоняя ее лишь в рамки специальных физкультурных НОД. Необходимо развивать двигательную активность детей на прогулке, в играх используя возможности оборудования на участке детского сада и во всех других видах детской деятельности.

В ГБДОУ созданы все условия для физического развития детей, как и в спортивном зале, так и на спортивной площадке:

Материально - технические (пространственные) условия организации физической культуры детей:

- ❖ Информационная папка (для каждой группы);
- ❖ Спортивный зал, оснащенный стандартным и нестандартным спортивным оборудованием;
- ❖ Спортивная площадка, оснащенная спортивным оборудованием;
- ❖ Групповые участки детского сада, оснащенные спортивным оборудованием

### 3.3 Режим ежедневной двигательной активности в ГБДОУ № 54 на 2024-2025 учебный год

Формы активности	Режимное время	Группы			
		Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
<b>1. Самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры</b>	Во время утреннего приема детей	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
<b>2. Утренняя гимнастика</b>	Перед завтраком	5 мин	10 мин	15 мин	15 мин
<b>3. Физкультурные и музыкальные занятия.</b>	1 и 2 половина дня	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
<b>4. Физкультминутки</b>	Во время занятий	2 мин	3 мин	2х3 =6 мин	2х3=6 мин
<b>5. Физкультпаузы</b>	Между занятиями	-	10 мин	10 мин	10 мин
<b>6. Физкультурная деятельность на прогулке (закрепление основных видов движений, индивидуальная работа, подвижные игры)</b>	Утро	30 мин	45 мин	45 мин	50 мин
<b>7. Гимнастика после сна (бодрящая гимнастика)</b>	После дневного сна	5 мин	10 мин	15 мин	15 мин
<b>8. Самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры</b>	После полдника	15 - 20 мин	20 мин	15 мин	15 мин
<b>9. Прогулка (индивидуальная работа, подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность)</b>	Вечер	30 мин	50 мин	50 мин	60 мин
<b>10. Пешая прогулка до дома</b>	Вечерний отрезок времени	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин

### 3.4. Литература

1. От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой,М.А.Васильевой. - М.: Мозаика-Синтез , 2014. - 336с.
2. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Младшая группа. - М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2015.- 80 с.
3. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. - М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2015.- 112 с.
4. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. - М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2015.- 128 с.
5. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа. - М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2015.- 112 с.
6. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет). Пособие для педагогов дошкольных учреждений. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2002.
7. Кириллова Ю.А. Примерная программа физического образования и воспитания детей логопедических групп с общим недоразвитием речи с 3 до 7 лет. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2013.- 128с.
8. Власенко, Н.Э. Комплексы ОРУ для детей среднего и старшего дошкольного возраста: пособие для педагогических учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования/Н.Э. Власенко.- 2-е изд.- Мозырь: Белый Ветер, -183,;ил.
9. Кострыкина Л.Ю., Рыкова О.Г., Корнилова Т.Г. Малыши, физкульт - привет! Система работы по развитию основных движений детей раннего возраста. – М.: Издательство «Скрипторий 2003, 2013. – 120с.
10. Кириллова Ю.А. Сценарии физкультурных досугов и спортивных праздников для детей логопедических групп с диагнозом ОНР и детей массовых групп детского сада от 3 до 7 лет: Методическое пособие для педагогов и специалистов образовательных учреждений. – СПб.: ООО Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012. – 368 с.,ил.

11. Аксенова З.Ф. Спортивные праздники в детском саду: Пособие для работников дошкольных учреждений. – М.: ТЦ СФЕРА, 2004. – 64с.
12. Сотрудничество детского сада и семьи в физическом воспитании дошкольников/ Под. ред. С.С. Прищепы, Т.С. Шатверян. – М.: ТЦ СФЕРА, 2013. – 128 с.
13. Галанов А.С. Игры которые лечат (для детей от 3 до 5 лет). - М.: Педагогическое общество России, 2005.
14. Галанов А.С. Игры которые лечат (для детей от 5 до 7 лет). - М.: Педагогическое общество России, 2005.
15. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет). Пособие для педагогов дошкольных учреждений. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2002.
16. Кожухова Н.Н. и др. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: Учебное пособие для студ. высш. и сред. пед. учеб. Заведений. Под редакцией С.А. Козловой. - М.: Издательский центр «Академия», 2002.
17. Физкультурно - оздоровительная работа детского сада в контексте новых федеральных требований. Методическое пособие/ Под общей ред. Микляевой Н.В.-М.:УЦ«Перспектива»,2011.
18. Формирование двигательной сферы детей 3 - 7 лет: фитбол - гимнастика: конспекты занятий \авт.-сост. Н.М. Соломенникова, Т.Н. Машина. - Волгоград: Учитель, 2011.
19. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2 - 7 лет. / Авт. - сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: Мозаика - Синтез, 2012.
20. Физическое воспитание детей 2 - 7 лет: развернутое перспективное планирование по программе под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой/ авт.-сост. Т.Г. Анисимова. - Волгоград: Учитель, 2010.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 266592536671298867531651571396054376186336388981

Владелец Штоколова Елена Владимировна

Действителен с 05.04.2024 по 05.04.2025