Т.В. Константинова

Подписано цифровой подписью: Т.В. Константинова
Дата: 2023.10.03 09:48:00 +03'00'

ПРИНЯТА
на Педагогическом Совете
Протокол
№ 1 от 31.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
заведующий ГБДОУ детский сад № 33
_____ Т.В. Константинова

Приказ № 126-о от 31.08.2023 г.

с учетом мнения Совета родителей
(законных представителей)
протокол № 1 от 31.08.2023 г.

Рабочая программа

Инструктора по физической культуре
Иванова Владислава Валерьевича

Группы: младшие №1, №2, старшие №1, №2,
кратковременного пребывания №1, №2, №3

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детского сада №33 комбинированного вида Петродворцового района Санкт-Петербурга

Санкт-Петербург
2023

№ п/п	Наименование раздела	Страница
1	**ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**	3
1.1	Цели и задачи деятельности по реализации Программы	3
1.2	Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.3	Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей.	5
1.4	Основания разработки Программы (документы и программно-методические материалы)	8
1.5	Планируемые результаты реализации Программы	9
1.6	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	10
II.	**СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**	11
2.1	Содержание образовательной работы с детьми для групп кратковременного пребывания	11
2.2	Содержание образовательной работы с детьми для групп младшего возраста	23
2.3	Содержание образовательной работы с детьми для групп старшего возраста	34
2.4	Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.	49
III.	**ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**	50
3.1	Структура реализации образовательной деятельности	50
3.2	Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников групп (занятия по физическому развитию)	50
3.3	Расписание занятий по физическому развитию	51
3.4	Организация развивающего пространства и методическое обеспечение занятий	51
3.5	Перспективный план проведения спортивных досугов и праздников	52
3.6	Перечень компонентов предметно-развивающей среды.	54
3.7	Календарный план воспитательной работы	56
3.8	Календарный план участия воспитанников в ВФСК ГТО	57
3.9	Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)	57

1.Целевой раздел

Пояснительная записка:

Образовательная программа в соответствии с п. 2.4 ФГОС ДО направлена на:
- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его 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.

1.1 Цель:	- реализация содержания образовательной программы дошкольного образования для детей в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования по физическому развитию.
Задачи:	Достижение цели Программы обеспечивается решением следующих **задач:** 1. охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия 2. обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности 3. обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности 4. достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования. В области **физического развития** ребенка основными задачами образовательной деятельности являются: **Группа кратковременного пребывания от 1 до 3 лет** ➢ Обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползанье, лазанье, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения; ➢ Развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве; ➢ Поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах; ➢ Формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям; **Младшие группы от 3 лет до 4 лет** ➢ обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;продолжать развивать разнообразные виды движений;

	➢ развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях; ➢ формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; ➢ укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; ➢ закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни. **Старшие группы от 5 лет до 6 лет** ➢ Обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки; ➢ Развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде; ➢ Воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха; ➢ Продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов; ➢ Укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания; ➢ Расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха; Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. ➢ Воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий. ➢ Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.
1.2 Принципы и подходы к формированию Программы	1. Полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития.

	2. 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 родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников. 4. Признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений. 5. Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности. 6. Сотрудничество ДОО с семьей. 7.Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства. 8. Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности. 9. Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития). 10. Учет этнокультурной ситуации развития детей.
1.3 Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам)	***Возрастные особенности детей*** ***1-2 года*** Ребенок начиная с 1 года постоянно находится в движении, поэтому на скелет падает довольно большая физическая нагрузка. У ребенка в этом возрасте формируется процесс правильного теплообмена. В процессе физического развития у ребенка 1 года совершенствуются органы дыхания и сердечно-сосудистая система, увеличивается их работоспособность. Дыхание становится более глубоким. Нормальное систолическое (верхнее) давление для ребенка в возрасте 1 года — 85-100 мм рт. ст., а диастолическое (нижнее) — 35-45 мм. На втором году жизни в детском организме происходят значительные изменения. Начинается наиболее интенсивное развитие зрения, моторики движений и осязания. Каждый месяц приносит прибавку в росте до 1 см, в весе -до 200 г. Ребенок интенсивно растет, у него развивается опорно-двигательный аппарат. Появляются новые двигательные навыки, совершенствуется координация движений рук. В результате ребенок много двигается и играет с предметами (кубики, пирамидки). От 1 года до 1,5 лет ребенок дольше бодрствует (до 4-х часов). Он может обходиться без опоры, вставать и проходить небольшое расстояние, которое со временем увеличивается. Совершенствуется ходьба ребенка. Он учится ходить по неровной поверхности (поросшим травой небольшим возвышенностям), пытается обходиться без помощи взрослых. Физическое развитие детей в 1-3 года уже позволяет им подниматься по лестнице – сначала с поддержкой, а потом и без неё. Одна из особенностей физического развития ребенка 1-3 лет – хождение, переваливаясь с ноги на ногу. Весь второй год дети тренируются в ходьбе, и она доставляет малышам огромное удовольствие. Дети чувствуют уверенность и начинают использовать свое новое умение. ***2-3 года*** Мышечная система у маленьких детей формируется на основе развития нервной системы и увеличения массы скелетных мышц, причем происходит этот процесс неравномерно. В раннем возрасте кости ребенка богаты кровеносными сосудами и содержат

	небольшое количество солей. Они эластичны, гибки, легко деформируются и искривляются, так как костная система 2-3 летних детей имеет значительные зоны хрящевой ткани, слабые, мягкие суставы и связки. У малышей еще нет устойчивых изгибов позвоночника, они проявляются лишь к 4 годам. Особое внимание следует уделять развитию свода стопы, так как в возрасте 2-3 лет она уплощена. Очень полезно включать в занятия ходьбу на носках, ходьбу по наклонной плоскости и ребристой доске. Дыхательная мускулатура у детей еще не вполне сформирована. Постепенно происходит перестройка процесса дыхания, нормализуется частота, появляется грудобрюшной, а затем грудной тип дыхания, увеличивается емкость легких. Дыхание детей учащается только при возбуждении или при физической нагрузке. Работа сердца в 2-3 года напрямую связана с развитием мышц. Регулярные занятия тренируют сердечную мышцу, приводят к постепенному уменьшению частоты пульса. В связи с этим хорошие результаты дает обучение, если малыш испытывает положительные эмоции (радость, удовольствие, удовлетворение), что активизирует его, способствует нормальной деятельности сердечно-сосудистой и нервной систем. Следует принимать во внимание психофизические особенности детей 2-3 летнего возраста (быстрая утомляемость, неуравновешенность, непоследовательность поведения и т. д.), правильно чередовать процессы возбуждения и торможения, не перегружать детей однообразными движениями, обеспечивать таким образом активный отдых после нагрузок и быстрое восстановление сил. Мышление детей 2-3 лет конкретно – они лучше понимают то, что видят. Детям легче представить, что они должны делать, если первоначальный показ движений был ярким, образным, целостным. Поэтому все упражнения независимо от того новые они и ли знакомые нужно выполнять вместе с детьми (по показу). Вначале дети выполняют новые движения неточно, с излишним напряжением. Движения ребенка этого возраста считаются правильными, даже когда, повторяя упражнение, он воспроизводит самое основное. Отсутствие высокой точности и четкости в выполнении движений, а также неумение воссоздать отдельные его элементы не считаются для ребенка ошибкой. У маленьких детей огромное количество временных связей, имеющих прямое отношение к формированию произвольных движений, которые образуются путем подражания. Эта способность помогает им быстрее и лучше воспринимать предлагаемое упражнение или движение. Освоение движений хорошо влияет на развитие речи ребенка. В возрасте 2-3 лет совершенствуется условная связь между названием действия и движением. Название движения должно всегда сопровождаться показом действия, соответствующего этому слову. Нервно-психическое и физическое развитие ребенка зависит от возраста и двигательной подготовленности. На третьем году жизни двигательная координация значительно улучшается – развивается согласованность движений рук и ног. В этом возрасте появляются и формируются бег и прыжки.

	Малышей постепенно приучают к правильному восприятию звуковых и зрительных сигналов и быстроте реакции на них, а также к самостоятельности. Выполнение нового упражнения, которому обучают ребенка, должно вызывать у него определенные усилия, но быть доступным ему. Закрепление усвоенных навыков и их совершенствование достигается путем мет одического повторения движений с обязательным усложнением. ***3-4 года*** Основные показатели физического развития ребенка на этот момент таковы: рост 96+4,3 см, вес 12,5+1 кг, окружность грудной клетки 51,7+_1,9 см, окружность головы 48 см, количество молочных зубов 20. Объем черепной коробки трехлетнего ребенка составляет уже 80% от объема черепа взрослого. Физиологические изгибы позвоночника ребенка четвертого года жизни неустойчивы, кости и суставы легко подвергаются деформации под влиянием неблагоприятных воздействий. Суставы пальцев могут деформироваться (например, если малыш часто лепит из слишком жесткого пластилина). Неправильные позы (сведение плеч, опускание одного плеча, постоянно опущенная голова) могут стать привычными, нарушается осанка. А это, в свою очередь, отрицательно сказывается на функции кровообращения и дыхания. В период 3—4 лет диаметр мышц увеличивается в 2—2,5 раза, происходит дифференциация мышечных волокон. Детям, особенно в начале четвертого года жизни, легче даются движения всей рукой (прокатить мяч, машину), поскольку крупная мускулатура в своем развитии опережает мелкую. Но постепенно в процессе изобразительной деятельности, в строительных и дидактических играх совершенствуются движения кисти и пальцев. Поднимание рук вверх, в стороны, наклоны, покачивания и повороты туловища одновременно способствуют овладению своим телом. Сердечно-сосудистая система по сравнению с органами дыхания лучше приспособлена к потребностям растущего организма. Однако сердце ребенка работает хорошо лишь при условии посильных нагрузок. Скорость кровотока у детей больше, чем у взрослых. Кровяное давление в среднем составляет 95/58 мм ртутного столба. В 3-4 года дети начинают усваивать правила взаимоотношений в группе сверстников, а затем косвенно контролироваться взрослыми. Ребенок трех-четырех лет уверенно ходит, координирует движения рук и ног при ходьбе, воспроизводит разнообразные другие движения. Он умеет правильно держать карандаш, проводит горизонтальные и вертикальные линии, осваивает изобразительные умения. Ребенок владеет разнообразными действиями с предметами, хорошо ориентируется в различении таких форм, как круг, квадрат, треугольник, объединяет предметы по признаку формы, сравнивает их по размеру (по длине, ширине, высоте). Он активно стремится к самостоятельности, уверенно осваивает приемы самообслуживания и гигиены. С удовольствием самостоятельно повторяет освоенные действия, гордится своими успехами. Ребенок хорошо бросает через голову мяч, и хватает его в процессе игры, когда мяч катится. Отлично спускается и поднимается по лестницам, прыгает на одной ножке, а также может стоять в течении десяти минут на одной ноге. Вы уже можете легко качать его на качелях, так как он способен сохранять равновесие. Можно

	начинать учить ребенка рисованию, так как карандаш и кисть хорошо удерживаются в пальцах. ***5-6 лет*** Возраст 5—6 лет часто называют «периодом первого вытяжения», когда за год ребенок может вырасти на 7—10 см. Но все-таки эти показатели у детей шестого года жизни чуть ниже, чем у воспитанников подготовительной группы. По средним данным, рост ребенка пяти лет составляет около 106,0—107,0 см, а масса тела — 17,0—18,0 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц — 200,0 г, а роста — 0,5 см. Каждый возрастной этап характеризуется, кроме того, разной интенсивностью роста отдельных частей тела. В течение шестого года, например, быстро увеличиваются длина конечностей, ширина таза и плеч у детей обоего пола. Вместе с тем имеются индивидуальные и половые различия в этих показателях. Например, окружность грудной клетки у девочек увеличивается интенсивнее, чем у мальчиков. Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено. Позвоночный столб ребенка пяти-шести лет также чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают задания на ходьбу, бег, прыжки, но затрудняются в выполнении упражнений, требующих работы мелких мышц. Основой двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. С возрастом ребенка показатели сохранения устойчивого равновесия улучшаются. При выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками. В целом в старшей группе детям по-прежнему легче даются упражнения, где имеется большая площадь опоры. Но они способны выполнять и короткие упражнения, в которых требуется опора на одну ногу, например, в подвижных играх «Сделай фигуру», «Не оставайся на полу», «Совушка». **Занятия по физическому воспитанию проводятся в семи группах:** - в 1 младшей группе (3-4): 24 детей, из них 13 мальчиков и 11 девочек; - во 2 младшей группе (3-4): 24 детей, из них 11 мальчиков и 13 девочек; -в 1 старшей группе (5-6): 24 детей, из них 11 мальчиков и 13 девочек. -во 2 старшей группе(5-6): 25 детей, из них 11 мальчиков и 14 девочек. -ГКП 1 (2-3) 11 детей, из них 5 мальчиков и 6 девочек; -ГКП 2 (2-3) 11 детей, из них 5 мальчиков и 6 девочек; -ГКП 3 (2-3) 12 детей, из них 5 мальчиков и 7 девочек;
1.4 Основания разработки Программы (документы и	- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» - Федеральным законом от 31.07.2020 г. N 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской

программно-методические материалы)	Федерации" по вопросам воспитания обучающихся" - Федеральным законом от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» - Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» - Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 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» **Федеральная образовательная программа дошкольного образования** (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 года № 1028), далее – ФОП ДО.
Срок реализации Программы	2023-2024 учебный год
1.5 Планируемые результаты реализации Программы	**Планируемые результаты к трем годам** У ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры; Ребенок демонстрирует элементарные культурно-гигиенические навыки, владеет простейшими навыками самообслуживания (одевание, раздевание, самостоятельно ест и тому подобное) **Планируемые результаты к четырем годам** Ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм; Ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку; Ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе; Ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье. **Планируемые результаты к шести годам** Ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как

	форме активного отдыха; Ребенок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений; Ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру; Ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов; Ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие);

1.6 Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Инструментарий для педагогической диагностики: карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка. Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития;

2) оптимизации работы с группой детей.

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"	Наблюдение	2 раза в год	2 недели в каждой группе	Сентябрь Май

2. Содержательный раздел

2.1 Содержание образовательной работы с детьми для групп кратковременного пребывания

Задачи образовательной деятельности	Содержание образовательной деятельности
Ранний возраст от года до 2	
создавать условия для последовательного становления первых основных движений (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) в совместной деятельности педагога с ребенком; создавать условия для развития равновесия и ориентировки в пространстве; поддерживать желание выполнять физические упражнения в паре с педагогом; привлекать к участию в играх-забавах, игровых упражнениях, подвижных играх, побуждать к самостоятельным действиям; укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, способствовать усвоению культурно-гигиенических навыков для приобщения к здоровому образу жизни.	Педагог активизирует двигательную деятельность детей, создает условия для обучения основным движениям (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба), развития координации при выполнении упражнений; побуждает к самостоятельному выполнению движений; обеспечивает страховку для сохранения равновесия; поощряет и поддерживает, создает эмоционально-положительный настрой, способствует формированию первых культурно-гигиенических навыков.
1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).	**Основные движения:** ***бросание и катание***: бросание мяча (диаметр 6 - 8 см) вниз, вдаль; катание мяча (диаметр 20 - 25 см) вперед из исходного положения сидя и стоя; ***ползание, лазанье:*** ползание по прямой на расстояние до 2 метров; подлезание под веревку, натянутую на высоте - 50 см; пролезание в обруч (диаметр 50 см), перелезание через бревно (диаметр 15 - 20 см); лазанье по лесенке-стремянке вверх и вниз (высота 1 - 1,5 метра); ходьба: ходьба за педагогом стайкой в прямом направлении; ***упражнения в равновесии***: ходьба по дорожке (шириной 25 - 20 - 15 см), по ребристой доске; вверх и вниз по наклонной доске, приподнятой на 10 - 15 - 20 см (ширина доски 25 - 30 см, длина 1,5 - 2 м) с поддержкой; подъем на ступеньки и спуск с них, держась за опору;

	перешагивание через веревку, положенную на пол, палку или кубик высотой 5 - 15 - 18 см со страховкой. **Общеразвивающие упражнения:** упражнения из исходного положения стоя, сидя, лежа с использованием предметов (погремушки, кубики, платочки и другое) и без них; в комплекс включаются упражнения: поднимание рук вперед и опускание, повороты корпуса вправо и влево из положения сидя, наклоны вперед (положить кубик и поднять его, перегибаясь через веревку, натянутую на высоте 40 - 45 см), сгибание и разгибание ног, приседание с поддержкой педагога или у опоры.
2) Подвижные игры и игровые упражнения:	педагог организует и проводит игры-забавы, игровые упражнения, подвижные игры, побуждая детей к активному участию и вызывая положительные эмоции. Детям предлагаются разнообразные игровые упражнения для закрепления двигательных навыков.
3) Формирование основ здорового образа жизни:	педагог помогает осваивать элементарные культурно-гигиенические действия при приеме пищи, уходе за собой (при помощи педагога мыть руки перед едой и по мере загрязнения, пользоваться салфеткой, есть ложкой, пользоваться личным полотенцем и так далее).
Ранний возраст от 2 до 3 лет	
обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползанье, лазанье, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения; развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве; поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах; формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям; укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.	Педагог формирует умение выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребенка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.
1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).	**Основные движения** ***бросание, катание, ловля:*** скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50 - 100 см), под дугу, в воротца;

	остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100 - 125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребенка с расстояния 1 - 1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м; ***ползание и лазанье***: ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3 - 4 м (взяв ее, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 - 30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30 - 40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом; ***ходьба:*** ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); врассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки; ***бег:*** бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40 - 30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20 - 30 - 40 секунд; медленный бег на расстояние 40 - 80 м; ***прыжки***: прыжки на двух ногах на месте (10 - 15 раз); с продвижением вперед, через 1 - 2 параллельные линии (расстояние 10 - 20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20 - 30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка на 10 - 15 см; ***упражнения в равновесии:*** ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2 - 3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10 - 15 см); ходьба по извилистой дорожке (2 - 3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте. В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения. **Общеразвивающие упражнения:** упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса: поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты

	вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребенку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине; упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника: сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое; музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание "пружинка", приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения. Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе, сидя на стуле или на скамейке
2) Подвижные игры:	педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).
3) Формирование основ здорового образа жизни:	педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены); поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закаливающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.

Месяц	Образовательные области	Темы, направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы: занятия, проекты, праздники.
IX-2023г.	Речевое развитие	Адаптация у детей 2 недели.	развивать диалогическую форму речи	
	Физическое развитие	2 недели Физическая культура	Диагностика уровня физического развития и владения основными видами движений.	Занятия
X-2023г.	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.	
	Физическое развитие	«Осеннее дерево»	Упражнять в ходьба маленькими и большими шагами. Упражнять в прыжках в длину с места через шнур. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом (катать, переносить, бросать). Развивать чувство равновесия, перешагивая через мешочки с песком, выполняя ходьбу по дорожке.	Занятия
XI-2023г.	Речевое развитие	«Знакомства с животными»	Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности: повторять стихи, подражать животным и т. п.	
	Физическое развитие	Физическая культура Папа, мама, я- моя любимая семья.	Упражнять детей в ходьбе по кругу, не сталкиваясь друг с другом, познакомить с выполнением ходьбы с высоким подниманием коленей – «лошадки». Упражнять в прокатывании мяча в парах. Ознакомить с выполнением прыжков на двух ногах на месте, с продвижением вперед.	Занятие

Месяц	Образовательные области	Темы, направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы: занятия, проекты, праздники.
		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Развивать равновесие, выполняя ходьбу по ограниченной площади (дорожка), перешагивая через мешочки с песком. Познакомить с выполнением броска двумя руками способом снизу. Продолжить упражнять в ползании на четвереньках. Развивать внимание у детей, умение выполнять задание по сигналу. Закреплять представление о частях тела: руки, ноги, голова, живот, спина.	
XII-2023г.	Речевое развитие	«Человек и окружающий мир»	Приучать детей к вежливости (учить здороваться, прощаться, благодарить за помощь).	
	Физическое развитие	Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры. Упражнять в ходьба маленькими и большими шагами. Упражнять в прыжках в длину с места через шнур. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом (катать, переносить, бросать). Развивать чувство равновесия, перешагивая через мешочки с песком, выполняя ходьбу по дорожке. Воспитывать умение слышать задание, реагировать на сигналы. Формировать у детей представление о значении рук для нормальной жизнедеятельности человека: чтобы брать,	Занятия

Месяц	Образовательные области	Темы, направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы: занятия, проекты, праздники.
			переносить, держать, трогать, кушать, одеваться, играть и т. п.	
I -2024г.	Речевое развитие	«Зима»		
	Физическое развитие	Физическая культура. «Раз ступенька, два ступенька» Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Упражнять в прыжках из обруча в обруч; прокатывании и ловле мяча; в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры. Учить приземлению после прыжка на полусогнутые ноги, ползанию на высоких четвереньках. Развивать умение действовать по сигналу инструктора. Развивать внимание, координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами. Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека	Занятия Досуг
II-2024г.	Речевое развитие	«Я и окружающий мир»	Помогать доброжелательно общаться друг с другом.	
	Физическое развитие	Физическая культура	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в ходьбе на носках и «веревочкой». Упражнять детей в катании мяча (соблюдение направления движения), в выполнении броска и ловли мча в парах с педагогом.	Занятия

Месяц	Образовательные области	Темы, направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы: занятия, проекты, праздники.
		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Упражнять в ползании на четвереньках, в пролезании в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола. Развивать глазомер, выполняя метание мешочков. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед (акцент на мягком приземлении на полусогнутые ноги). Закреплять умение быстро реагировать на сигнал, учить совместным действиям в коллективе. Формировать у детей представление о значении глаз для нормальной жизнедеятельности человека: смотреть…	
III-2024г.	Речевое развитие	«Весна»	Выполнять элементы артикуляционной гимнастики: «цокать» языком, подражая лошадке; «часики», «балалайка».	
	Физическое развитие	Физическая культура.	Упражнять в ходьбе в колонне по одному, в ходьбе с выполнением заданий, в беге стайкой, не сталкиваясь друг с другом. Упражнять в ползании на высоких и низких четвереньках, в прыжках в длину с места, на двух ногах на месте (акцент на приземление на полусогнутые ноги). Упражнять в бросках и ловле мяча в парах с педагогом. Упражнять в катании мяча в парах на расстоянии 1 метра из И. П. – сидя, ноги врозь.	Занятия

Месяц	Образовательные области	Темы, направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы: занятия, проекты, праздники.
		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Ознакомить с прокатыванием мяча под дугу на расстояние 1 м. Способствовать развитию глазомера, координации движений и чувства равновесия. Способствовать воспитанию сдержанности, ловкости и умению дружно играть. Формировать у детей представление о значении ушей для нормальной жизнедеятельности человека: слышать…	
IV-2024г.	Речевое развитие	«Я в мире – человек»	Обогащать словарный запас глаголами, обозначающими основные виды движений.	
	Физическое развитие	Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, развивать чувство равновесия, выполняя ходьбу с перешагиванием через мешочки с песком, в ходьбе по массажным дорожкам. Упражнять в ходьбе парами. Ознакомить с выполнением шага – галоп: скачем на «лошадке». Упражнять в выполнении метания вдаль способом двумя руками из-за головы, в катании мяча под дугу. Упражнять в сохранении направления при метании и катании мячей. Закреплять умение ползать на четвереньках, пролезать в обруч. Продолжить закреплять представление о частях тела: руки, ноги, голова, живот, спина.	Занятия

Месяц	Образовательные области	Темы, направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы: занятия, проекты, праздники.
V-2024г.	Речевое развитие	«Здравствуй, лето!»»	Обогащать словарный запас глаголами, обозначающими основные виды движений.	
	Физическое развитие	Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Упражнять в ходьбе в колонне по одному, по массажной дорожке, в ходьбе, перешагивая мешочки с песком, в ходьбе с выполнением заданий. Продолжить упражнять в ловле и бросках мяча в паре с педагогом. Закреплять умение ползать на низких и высоких четвереньках, подлезать под дугу. Упражнять детей в бросках мяча из-за головы, катании мяча в парах, развивая глазомер, координацию движений и ловкость. Развивать умение играть в подвижные игры, быстро реагировать на сигнал. Способствовать развитию чувства равновесия. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, в прыжках в длину. Закреплять представление о частях тела: щеки, лоб, подбородок, брови.	Занятия
VI-2024г.	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности: повторять стихи, подражать животным и т. п.	
	Физическое развитие	Физическая культура.	Продолжить упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в беге в колонне по одному. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте, с продвижением вперед (акцент на приземлении на полусогнутые ноги).	Занятия

Месяц	Образовательные области	Темы, направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы: занятия, проекты, праздники.
		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Упражнять в выполнении бросков и ловле мяча в паре с педагогом, в прокатывании мяча между предметами. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, лежа на животе, выполняя хват за края скамейки. Развивать координацию движений, ловкость, умение быстро реагировать на сигнал. Упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности. Закреплять представление о частях тела: щеки, лоб, подбородок, брови.	
VII – 2024г.	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности: повторять стихи, подражать животным и т. п.	
	Физическое развитие	Физическая культура Формирование начальных	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в ходьбе с выполнением заданий, с изменением направления. Упражнять в беге стайкой и в колонне по одному. Закреплять умение ползать на низких и высоких четвереньках. Упражнять в ползании на животе по гимнастической скамейке. Развивать равновесие и ловкость, выполняя ходьбу по гимнастической скамейке, выполняя ходьбу, используя игровой комплекс «Кузнечик». Упражнять в метании вдаль, выполнении бросков мяча двумя руками из-за головы.	Занятия

Месяц	Образовательные области	Темы, направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы: занятия, проекты, праздники.
		представлений о здоровом образе жизни	Закреплять умение выполнять прыжки на двух ногах на месте. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Продолжить формировать у детей представление о значении ног для нормальной жизнедеятельности человека: стоять, ходить, бегать, прыгать.	
VIII - 2024г.	Речевое развитие		Обогащать словарный запас глаголами, обозначающими основные виды движений.	
	Физическое развитие	Физическая культура Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному. Упражнять в ходьбе маленькими и большими шагами, высоко поднимая колени. Развивать чувство равновесия, выполняя ходьбу «веревочкой», ходьбу по дорожке, по дорожке, перешагивая мешочки с песком. Упражнять в выполнении бросков мяча двумя руками способом из-за головы, снизу. Упражнять в прокатывании мяча двумя руками по гимнастической скамейке, между предметами. Повторить прыжки на двух ногах в длину, перепрыгивая шнур, 2 шнура. Продолжать развитие умения своевременно реагировать на сигнал, выполнять задания внимательно выслушав педагога. Продолжить формировать у детей представление о значении рук для нормальной жизнедеятельности человека: чтобы брать, переносить, держать, трогать, кушать, одеваться, играть и т. п.	Занятия

2.2 Содержание образовательной работы с детьми для групп младшего возраста

Задачи образовательной деятельности	Содержание образовательной деятельности
От 3 лет до 4 лет	
1.Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре; 2. Развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал; 3. Формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; 4. Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; 5.Закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.	Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре. Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки. **1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения)** **Основные движения:** бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку; ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4 - 5 - 6 м до кегли (взять ее, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3 - 4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола; ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам

Задачи образовательной деятельности	Содержание образовательной деятельности
	(по прямой, по кругу, обходя предметы, врассыпную, "змейкой", с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом; бег: бег группами и по одному за направляющим, врассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50 - 60 сек; быстрый бег 10 - 15 м; медленный бег 120 - 150 м; прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2 - 3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25 - 30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4 - 6 параллельных линий (расстояние 15 - 20 см); спрыгивание (высота 10 - 15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2 - 5 см); упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15 - 20 см, длина 2 - 2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой. **Общеразвивающие упражнения:** упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); перекладывание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад; музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим

Задачи образовательной деятельности	Содержание образовательной деятельности
	шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания "пружинки", кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее). **Строевые упражнения:** педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, врассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием. Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое). **2) Подвижные игры:** педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает). **3) Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. **4) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог поддерживает стремление ребенка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила). **5) Активный отдых** Физкультурные досуги: досуг проводится 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20 - 25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения. Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

Месяц	Образовательные области	Темы\направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы (занятия, проекты. праздники, концертыи др.)
IX-2023г.	Социально-коммуникативное развитие		Формировать доброжелательное отношение друг к другу, умение делиться с товарищем.	
	Речевое развитие		Приучать детей к вежливости, повторить «спасибо», «здравствуйте», «пожалуйста», «до свидания».	
	Физическое развитие	«В гости в осенний лес» Физическая культура Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Ознакомить: с ходьбой и бегом в заданном направлении, с ходьбой по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. Развивать умение действовать по сигналу инструктора. Учить энергично отталкивать мяч при прокатывании и выполнению прыжков на двух ногах на месте. Развивать ориентировку в пространстве. Учить группироваться при лазании под шнур. Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши).	Занятие Досуг
X-2023г.	Социально-коммуникативное развитие		Формировать представление о безопасном поведении на занятии по физической культуре.	
	Речевое развитие		Формировать знания детей о лесных животных.	

	Физическое развитие	«В гости к лесным зверятам» Физическая культура Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры. Учить энергичному отталкиванию мяча при прокатывании его друг другу, выполнять приземление после прыжка на полусогнутые ноги. Развивать ловкость в игровых заданиях с мячом. Развивать координацию движений при ползании на четвереньках. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с выполнением остановки и поворотом в другую сторону по сигналу инструктора. Дать представление о роли органов чувств в организме, о том как их беречь и ухаживать за ними.	Занятие Досуг
XI-2023г.	Социально-коммуникативное развитие		Приучать детей к вежливости (учить здороваться, прощаться, благодарить за помощь).	
	Речевое развитие		.Помогать доброжелательно общаться друг с другом.	
	Физическое развитие	«Раз ступенька, два ступенька» Физическая культура	Упражнять в прыжках из обруча в обруч; прокатывании и ловле мяча; в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры. Учить приземлению после прыжка на полусогнутые ноги, ползанию на высоких четвереньках. Развивать умение действовать по сигналу инструктора. Развивать внимание, координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	Занятие Досуг

		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.	
XII-2023г.	Социально-коммуникативное развитие		Формировать уважительное отношение к сотрудникам детского сада, напоминать их имена и отчества.	
	Речевое развитие		Развивать инициативную речь детей во взаимодействиях со взрослыми и сверстниками	
	Физическое развитие	«Змейка» Физическая работа Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие. Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя. Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры ,физические упражнения вызывают хорошее настроение, что с помощью сна восстанавливаются силы.	Занятие Досуг
I -2024г.	Социально-коммуникативное развитие		Обеспечивать условия для нравственного воспитания детей. Поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь ему.	
	Речевое развитие		Развивать диалоговую форму речи: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него.	

	Физическое развитие	«Веселые снежинки» Физическая культура Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Продолжить обучение ходьбе в колонне по одному, прыжкам на двух ногах с продвижение вперед, прыжкам между предметами. Развивать ловкость, глазомер и координацию движений. Развивать умение действовать по сигналу инструктора. Продолжить обучение прокатыванию мяча в парах, сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры с разным исходным положением рук. Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, что с помощью сна восстанавливаются силы	
II-2024г.	Социально-коммуникативное развитие		Формировать навыки безопасного поведения в подвижных играх.	
	Речевое развитие		Формировать умение вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого.	
	Физическое развитие	«Самый ловкий, сильный» Физическая культура	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов в обе стороны. Развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом. Разучить броски мяча через шнур, расположенный на высоте поднятой руки ребенка. Повторить подлезание под шнур на высоте 50 см. от пола, не касаясь пола руками. Повторить упражнение в равновесии.	Занятия Досуг

		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.	
III-2024г.	Социально-коммуникативное развитие		Постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, формировать уважительное отношение к окружающим	
	Речевое развитие		На основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и активизировать словарный запас детей	
	Физическое развитие	«Перелет птиц» Физическая культура Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Формировать правильную осанку, упражнять в ходьбе и беге по кругу в колонне по одному, в ходьбе с выполнением заданий. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке. Продолжить обучение прыжкам в длину с места. Развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом (броски мяча вверх и ловля его двумя руками). Повторить ползание на высоких четвереньках. Дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни.	Занятие Досуг
IV-2024г.	Социально-коммуникативное развитие		Развивать умение согласовывать свои действия с действиями других детей	
	Речевое развитие		Помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.	

	Физическое развитие	«Вот такие мы большие» Физическая культура Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер. Развивать глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках. Повторить упражнения в равновесии и прыжках. Упражнять детей в перебрасывании мяча. Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.	
V-2024г.	Социально-коммуникативное развитие		Создавать игровые ситуации, способствующие формированию внимательного, заботливого отношения к окружающим	
	Речевое развитие		Формировать умение вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого	
	Физическое развитие	«Побеги – не задень» Физическая культура	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры. Продолжить обучение прыжкам в длину, акцентируя внимание на приземлении на полусогнутые ноги. Развивать ловкость и глазомер, выполняя задания с мячом. Учить выполнению бросков мешочков в даль удобной для ребенка рукой.	Занятия Досуг

		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.	
VI-2024г.	Социально-коммуникативное развитие		Создавать игровые ситуации, способствующие формированию внимательного, заботливого отношения к окружающим.	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.	
	Физическое развитие	«Найди себе пару» Физическая культура Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Упражнять детей в ходьбе парами, колонной, по одному, в ходьбе переменным шагом через шнуры; в равновесии; в прыжках. Повторить ходьбу между предметами; упражнять в заданиях с мячом. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения, в беге врассыпную. Расширять представление о составляющих здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье	

VII-2024г.	Социально-коммуникативное развитие Речевое развитие **Физическое развитие**	«Веселые игры» Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Развивать умение согласовывать свои действия с действиями других детей Развивать инициативную речь детей во взаимодействиях со взрослыми и сверстниками Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. Развивать ходьбу в колонне по одному, бег в колонне по одному и врассыпную Продолжать формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры ,физические упражнения вызывают хорошее настроение, что с помощью сна восстанавливаются силы.	

VIII-2024г.	Социально-коммуникативное развитие Речевое развитие Физическое развитие	«Проползи — не задень». Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Обеспечивать условия для нравственного воспитания детей. Поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь ему. Продолжать развивать диалоговую форму речи: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу, в ползании. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. Развивать глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках. Продолжать формировать уважительное отношение к сотрудникам детского сада, напоминать их имена и отчества.	

2.3 Содержание образовательной работы с детьми для групп старшего возраста.

Задачи образовательной деятельности	Содержание образовательной деятельности
От 5 лет до 6 лет	
1.Оогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;	Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их

Задачи образовательной деятельности	Содержание образовательной деятельности
2.Развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде; 3.Воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха; 4.Продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов; 5.Укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания; 6.Расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха; 7.Воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.	усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками. Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой. **1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения)** **Основные движения:** бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5 - 6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4 - 5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину; ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3 - 4 м), "змейкой" между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом; ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3 - 4 м; ходьба "змейкой" без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты; бег: бег в колонне по одному, "змейкой", с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5 - 2 мин; медленный бег 250 - 300 м; быстрый бег 10 м 2 - 3 - 4 раза; челночный бег 2 х 10 м, 3 х 10 м; пробегание на

Задачи образовательной деятельности	Содержание образовательной деятельности
	скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой; прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30 - 40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10 - 15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3 - 4 м; на одной ноге (правой и левой) 2 - 2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега; прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3 - 5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку; упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; "ласточка". Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности. **Общеразвивающие упражнения:** упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжимание и разжимание кистей; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с

Задачи образовательной деятельности	Содержание образовательной деятельности
	места на место. Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы. **Ритмическая гимнастика:** музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, "с каблука", вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений. **Строевые упражнения:** педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба "змейкой", расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары. **2) Подвижные игры:** педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность. Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки,

Задачи образовательной деятельности	Содержание образовательной деятельности
	инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх. **3) Спортивные игры:** педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей. **4) Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона. **5) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивны инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья). **6) Активный отдых** Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры. Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30 - 40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-

Задачи образовательной деятельности	Содержание образовательной деятельности
	эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания. Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России. Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки. Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами. Время перехода в одну сторону составляет 30 - 40 минут, общая продолжительность не более 1,5 - 2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.
Задачи воспитания	
1. Воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;	
2. Формирование у ребенка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;	
3. Становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;	
4. Воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;	
5. Приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;	
6. Формирование у ребѐнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.	

Месяц (или квартал)	Образовательные области	Темы\направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы (занятия, проекты. праздники др.)
IX-2023г.	Социально-коммуникативное развитие		Побуждать детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в физкультурном зале.	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.	
	Физическое развитие	«Осень к нам пришла» Физическая культура. «Туризм» Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Развивать умения: сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, в ходьбе на носках на возвышенной опоре; выполнять энергичное отталкивание двумя ногами от пола с взмахом рук в прыжке при доставании предмета. Упражнять в перебрасывании мяча в парах друг другу разными способами, в бросании мяча вверх и ловле его двумя руками. Туристический поход с детьми старшего возраста по территории детского сада Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма.	
X-2023г.	Социально-коммуникативное развитие		Поощрять проявления смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнении.	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. Расширять представление об особенностях	

			функционирования и целостности человеческого организма	
	Физическое развитие	«Обруч нам необходим…» Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Формировать умения: перестраиваться в колону по два. Ходить приставным шагом по гимнастической скамейке, выполнять поворот во время ходьбы по сигналу. Упражнять в перепрыгивании через шнуры, в бросании мяча двумя руками от груди на расстояние 3 м. Ознакомить с техникой выполнения спрыгивания с гимнастической скамейки на полусогнутые ноги. Расширять представление о составляющих здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.	
XI-2023г.	Социально-коммуникативное развитие		Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр.	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой	
	Физическое развитие	«Волшебные мешочки» Физическая культура.	Формировать умения: перекладывать (мал.) мяч из одной руки в другую во время ходьбы по гимн. скамейке, прыгать на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед. Развивать ловкость и координацию движений. Упражнять в перебрасывании мяча двумя руками из-за головы, в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.	

		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Расширять представление о составляющих здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.	
XII-2023г.	Социально-коммуникативное развитие		Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, формирование дружеских отношений.	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.	
	Физическое развитие	«Малые Олимпийские игры» Физическая культура Туризм Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Упражнять в беге змейкой и со сменой направления по сигналу. Отрабатывать навык прыжка с преодолением препятствий на двух ногах и с одной ноги на другую. Формировать умения выполнять броски мяча вверх с одним и двумя хлопками и ловлей. Закрепить навык ползания на высоких четвереньках «змейкой». Ознакомить с выполнением прокатывания набивного мяча весом 1 кг. в прямом направлении. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом. Спортивно-познавательное развлечение «Юные туристы идут в поход Формировать представление о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.	

I -2024г.	Социально-коммуникативное развитие		Формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале, во время подвижной игры	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой, влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека	
	Физическое развитие	«Зимние забавы» Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами , не задевая их, развивать ловкость и глазомер. Формировать умение: в прыжках на одной ноге между предметами, забрасывании мяча в корзину двумя руками способом от груди и из-за головы, выполнении бросков мяча в парах (двумя руками от груди), в пролезании в обруч боком и лицом вперед. Ознакомить с выполнением отбивания мяча на месте правой и левой рукой. Расширять представление о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.	
II-2024г.	Социально-коммуникативное развитие		Формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр	
	Речевое развитие		Расширять представление о частях тела человека, проговаривать действия и названия упражнений в процессе двигательной деятельности	

	Физическое развитие	«Веселые старты», посвященные 23 февраля. Физическая культура Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, по сигналу с переходом на движение в колонну по одному. Развивать умение выполнять прыжки на двух ногах через мешочки с песком правым и левым боком, выполнять броски мяча двумя руками из-за головы в корзину, перебрасывать малый мяч с одной руки на другую, бросать и ловить малый мяч одной рукой. Формировать умение ползать на низких и высоких четвереньках по гимнастической скамейке, ведение мяча правой и левой рукой. Формировать представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим.	
III-2024г.	Социально-коммуникативное развитие		Поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, при обсуждении правил игры	
	Физическое развитие	«Семейные эстафеты» Физическая культура. Туризм	Формировать навык: ходить по «змейке» приставным шагом при поддержке партнера, упражнять в прыжках из обруча в обруч, выполнении прыжков ноги скрестно - ноги врозь. Упражнять в выполнении бросков мяча в парах и ловле его после отскока, с усложнением (добавление хлопка), в выполнении прыжков на двух ногах через набивные мячи, в метании мешочка в	

		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	горизонтальную цель, в ползании по гимнастической скамейке на высоких четвереньках. Ознакомить с выполнением ходьбы по гимнастической скамейке с выполнением поворота на 360 градусов. Теоритическое занятие –«Мы туристы!» Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека.	
IV-2024г.	Социально-коммуникативное развитие		Формировать навык ролевого поведения, выступать в роли капитана команды.	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности	
	Физическое развитие	«Космонавты» Физическая культура. Формирование начальных представлений о	Формировать умение: сохранять устойчивое равновесие на гимнастической скамейке, выполнять прыжки на одной ноге, подбрасывать малый мяч одной рукой и ловить его после отскока от пола одной рукой, прыгать через короткую скакалку, пролезать в обруч. Упражнять в прокатывании обруча на расстояние 3-4 м., потом в парах друг другу. Ознакомить с ползанием по полу с последующим переползанием через гимнастическую скамейку. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физической культурой и спортом	Занятия Досуг, посвященный дню космонавтики

		здоровом образе жизни.		
V-2024г.	Социально-коммуникативное развитие		Воспитывать у детей положительное отношение к труду, желание выполнять посильные трудовые поручения. Учить оценивать результат своей работы.	
	Речевое развитие		Формировать умение договариваться об условиях игры, объяснять правила игры, развивать умение детей общаться спокойно без крика и обид.	
	Физическое развитие	«Непослушные мячи» Физическая культура. Туризм	Формировать умение: ходить и бегать парами с поворотом по сигналу; перешагивать через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку; прыгать на двух ногах с продвижением вперед; перебрасывании мяча в парах друг другу и ловле его двумя руками после отскока от пола; прыгать в длину с места. Упражнять в выполнении челночного бега 3 по 10 м., в ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом с выполнением приседания на середине, ударяя мячом о пол и ловлей его руками. Упражнять в лазании по гимнастической стенке с переходом с одного пролета на другой (на спортивной площадке, на улице). Поход к мемориалу «Приморский» через Английский парк	
		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физической культурой и спортом.	

VI-2024г.	Социально-коммуникативное развитие		Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения вот время игр в разное время года. Поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений.	
	Речевое развитие		Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, при обсуждении правил игры	
	Физическое развитие	«Мы встречаем праздник лета!» Физическая культура Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Упражнять детей в непрерывном беге в течение 2 минут, в ходьбе с выполнением заданий по сигналу, в метании мячей вдаль и в цель. Развивать ловкость и силовые качества. Формировать умение прокатывать набивной мяч в прямом направлении, лазать по гимнастической стенке с переходом с одного пролета на другой (на спортивной площадке, на улице). Выполнять бег на скорость, челночный бег. Знакомить с основами безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке	Занятия Спортивный праздник
VII-2024г.	**Социально-коммуникативное развитие** **Речевое развитие**	«Неделя веселых игр и забав» Физическая культура.	Поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. Обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой. Развивать двигательную активность детей,создать радостное настроение.	

	Физическое развитие	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.	Формировать у детей умение помогать друг другу в подвижных играх. Продолжать формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека.	
VIII-2024г.	**Социально-коммуникативное развитие** **Речевое развитие** **Физическое развитие**	«Месяц здорового ребенка» Физическая культура. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр. Продолжать поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. Продолжать формировать привычки к здоровому образу жизни. Совершенствовать систему физкультурно – оздоровительных мероприятий, направленных на снижение заболеваемости детей раннего возраста. Формировать представление о правилах помощи в спорте	

2.4 Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

Месяц	Темы	Группы	Формы работы
IX-2023	Задачи и содержание воспитательно-образовательной работы по физическому воспитанию, подготовка формы для занятий физической культурой	Все группы	Консультации для воспитателей перед родительскими собраниями
X-2023	Итоги мониторинга детей по физической подготовленности.	Все группы	Индивидуальные консультации для родителей
XI-2023	«Формирование правильной осанки – залог здоровья»	Все группы	Совместный праздник с родителями, Skype-консультирование
XII-2023	«Здоровые ножки» - профилактика плоскостопия у детей.	Все группы	Папка-передвижка, дистанционные занятия, Skype-консультирование
I-2024	Роль семьи в формировании здорового образа жизни ребенка»	Все группы	Разработка информационных материалов, онлайн-анкетирование
II-2024	«День защитника Отечества»	1 и 2 старшие группы	Совместный праздник с папами, дистанционные занятие
III-2024	«Мамин день»»	1 и 2 младшие группы	Семейные веселые старты, ведение группы в социальных сетях
IV-2024	«Полет на луну»	1 и 2 старшие группы	Организация фотовыставки, дистанционные занятия.
V-2024	Итоги мониторинга детей по физической подготовленности.	Все группы	Индивидуальные консультации онлайн
VI-2024	«Лето пришло»	Все группы	Папка с информацией.
VI-2024	«Олимпийские игры»	1 и 2 старшие группы	Эстафеты, дистанционные занятия.
VIII-2024	«Прыг-Скок» (игры с мячом на улице)	Все группы	Оформление стенда

3.Организационный раздел Программы.

3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Виды деятельности, технологии	**Совместная деятельность педагога с детьми**	**Самостоятельная деятельность детей**	**Индивидуальный маршрута развития ребенка**
Технологии сохранения и стимулирования здоровья: - пальчиковая гимнастика - ортопедическая гимнастика - подвижные игры - гимнастика после дневного сна - дыхательная гимнастика - гимнастика для глаз - самомассаж - ИКТ-технологии	Занятия 3 раза в неделю; - эстафеты и соревнования - дыхательная гимнастика - дни здоровья - контрольные (диагностика) - физкультминутки -динамические паузы -игры большой и малой подвижности -физкультурные праздники и развлечения - тематические с интеграцией образовательных областей -с использованием персонажей -с участием родителей - спортивные игры и упражнения	Создание условий для самостоятельной деятельности детей, по физическому развитию, в режимных моментах: подвижные игры, свободное творчество, игровые упражнения со спортивным инвентарем, подражательные движения танцевальные движения под музыку.	Наблюдение. Диагностика. Индивидуальная работа

3.2.Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26)

Группы	**Продолжительность одного занятия по физическому развитию**	**Количество образовательных занятий по физическому развитию в неделю**
Младшая группа №1 и №2	15 мин	3
Старшая группа №1 и №2	25мин	3
ГКП	10мин	2

3.3 Расписание занятий по физическому развитию

Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Младшая №1	**9:40-9:55**		**9:10-9:25**		**9:35-9:50**
Младшая №2	**9:10-9:25**		**9:40-9:55**		**10:00-10:15**
Старшая №1	**15:55-16:20**		**10:10-10:35**		**9:00-9:25**
Старшая №2	**15:25-15:50**	**15:25-15:50**	**10:45-11:10**		
ГКП 1				**9:50-10:00**	**10:25-10:35**
ГКП 2				**10:10-10:20**	**10:45-10:55**
ГКП 3	**16:25-16:35**	**16:00-16:10**			

3.4 Организация развивающего пространства и методическое обеспечение занятий

№ п/п	**Содержание работы**	**Срок**
1. 2.	Подготовить спортивный инвентарь и оборудование к новому учебному году (накачать мячи, вымыть инвентарь) Создание электронных образовательных ресурсов-медиатека.	Сентябрь
3.	Пополнить картотеку подвижных игр, пальчиковых игр, физкультминуток по лексическим темам на первое полугодие учебного года. Создание электронных образовательных ресурсов-дидактические материалы (зарядка, пальчиковая гимнастика, спортивно-развивающие игры).	Октябрь
4.	Создать картотеку игрового массажа для дошкольников. Создание электронных образовательных ресурсов-медиатека.	Ноябрь
5. 6.	Изготовить атрибуты для проведения спортивного праздника «Малые Олимпийские игры» Подготовить информацию для родителей на тему: "Профилактика плоскостопия у дошкольников"	Декабрь

	Создание электронных образовательных ресурсов-игры.	
7. 8.	Сделать подборку материалов «Зимние игры и забавы». Пополнить картотеку подвижных игр, пальчиковых игр, физкультминуток по лексическим темам на второе полугодие учебного года. Создание электронных образовательных ресурсов-дидактические материалы (зарядка, пальчиковая гимнастика, спортивно-развивающие игры).	Январь
9.	Изготовить атрибуты и пособия для проведения эстафет, посвященных 23 февраля и к совместному празднику с папами. Создание электронных образовательных ресурсов-игры.	Февраль
10.	Изготовить атрибуты и пособия для проведения семейных эстафет. Создание электронных образовательных ресурсов-медиатека.	Март
11.	Изготовить атрибуты и пособия для проведения музыкально-спортивного праздника, посвященного Дню космонавтики. Создание электронных образовательных ресурсов-игры.	Апрель
12.	Дополнить картотеку дыхательных упражнений. Создание электронных образовательных ресурсов-медиатека.	Май
13.	Сделать подборку материалов о подвижных играх для детей дошкольного возраста "Выходи играть во двор" Создание электронных образовательных ресурсов-игры.	Июнь Июль Август

3.5 Планирование спортивных досугов и праздников.

Младшие группы	
сентябрь	"Золотая осень"
октябрь	"Листопад"
ноябрь	"озорные малыши"
декабрь	"Снег-снежок"

январь	"Зима спортивная"
февраль	"День защитника отечества"- спортивный праздник
март	Любимая мама
апрель	"Космонавты"
май	День победы.
июнь	«Малые олимпийские игры».
июль	Летний спортивный праздник
август	«Путешествие в мир русских народных игр» «Веселые старты, посвященные Дню физкультурника»
Старшие группы	
сентябрь	Здравствуй, осень.
октябрь	«Осенний листопад»
ноябрь	"Волшебные мячи"
декабрь	Зимние игры
январь	Новый год
февраль	День защитника отечества
март	Моя мама
апрель	Спортивный праздник - космонавты.
май	Веселые старты «Ручеек»
июнь	Здравствуй лето.
июль	Малые Олимпийские игры – спортивный праздник
август	«Путешествие в мир русских народных игр» Веселые старты, посвященные Дню физкультурника.

3.6 Перечень компонентов предметно-развивающей среды.

№	Наименование инвентаря для занятий по физической культуре	количество
1.	Гимнастическая скамейка (длина 4 м., высота 30 см.)	2
1.	Маты гимнастические (большие)	3+1
2.	Мат гимнастический (малый)	1
3.	Батут круглый, диаметр 102 см.	1
4.	Детский набор мягких модулей «Частокол»	1
5.	Игровой комплект «Набрось кольцо»	2
6.	Ворота футбольные с сеткой	2
7.	Набор мягких модулей производство «Альма» 28 шт.	1
8.	Мягкие модули производство «Альма»: горка, большой куб, 2 арки, 1 ступенька, черепаха.	1
9.	Массажная змея производство «Альма» (с шариками внутри).	1
10.	Детская полоса препятствий (11 модулей)	1
11.	Игровая дорожка	1
12.	Коврик «Топ-топ»	1
13.	Детская дорожка «Гофр» со следочками	1
14.	Лента-гусеница	2
15.	Игровой набор «Кузнечик»	1
16.	Дорожка для подлезания «Радуга» (4 элемента).	2
17.	Сенсорная дорожка: 40 на 180 см. (песок, горох, пуговицы, канат) №1	2
18.	Тактильная дорожка 150х30	1
19.	Гантели мягкие с насыпкой, 250 гр.	20
20.	Мешочки для равновесия	4
21.	Мешочки для метания 15х15	16
22.	Палка гимнастическая деревянная	34
23.	Комплект плоских обручей 10 шт.	1
24.	Конус с заглушкой и отверстиями	4
25.	Обруч Д =60 см.	18

26.	Обруч Д=80 см.	5
27.	Скакалки	16
28.	Диски «Здоровья»	2
29.	Конусы - ограничители	24
30.	Деревянные бруски	8
31.	Набор кеглей	2
32.	Эспандер кистевой	4
33.	Клюшки	4
34.	Тоннель	1
35.	Массажный коврик 25х25	6
36.	Балансировочная подушка с шипами (16 см.)	12
37.	Тренажер «Бегущий по волнам»	1
38.	Мяч массажный	13
39.	Мяч теннисный	16
40.	Мяч резиновый Д=7 см.	32
41.	Набивные мячи, вес 5 кг.	2
42.	Набивные мячи, вес 1 кг.	8
43.	Мячи полиуретановые, диаметр 20-22 см.	21
44.	Мячи баскетбольные, детские	5
45.	Мячи баскетбольные, большие	2
46.	Мячи фитболы, диаметром 45 см.	4
47.	Мячи фитболы, диаметром 55 см.	3
48.	Мяч «Хоп-45» с рогами	5
49.	Мяч - « мякиш».	2

3.7 Календарный план воспитательной работы

Месяц	Тематика мероприятия	Мероприятие	Группы
Сентябрь	Патриотическое воспитание	«Здравствуй, любимый детский сад!»	1 и 2 младшая группа 1 и 2 старшая группа
Октябрь	Формирование основ здорового образа жизни	«Джунгли зовут» (4 октября – Всемирный день животных)	1 и 2 младшая группа 1 и 2 старшая группа
Ноябрь	Формирование основ здорового образа жизни	Неделя здоровья	1 и 2 младшая группа 1 и 2 старшая группа
Декабрь	Формирование основ здорового образа жизни	«Зимние забавы»»	1 и 2 младшая группа 1 и 2 старшая группа
Январь	Патриотическое воспитание	День снятия блокады Ленинграда	1 и 2 младшая группа 1 и 2 старшая группа
Февраль	Патриотическое воспитание	День мужества «23 февраля - День Защитника Отечества»	1 и 2 младшая группа 1 и 2 старшая группа
Март	Формирование основ здорового образа жизни	Веселые старты	1 и 2 младшая группа 1 и 2 старшая группа
Апрель	Патриотическое воспитание	«День космонавтики» «Наши космонавты»	1 и 2 младшая группа 1 и 2 старшая группа
Май	Формирование основ здорового образа жизни	Тропа здоровья	1 и 2 младшая группа 1 и 2 старшая группа
Июнь	Патриотическое воспитание	«День России»	1 и 2 младшая группа

			1 и 2 старшая группа
Июль	Формирование основ здорового образа жизни	Малые летние Олимпийские Игры	1 и 2 младшая группа 1 и 2 старшая группа

3.8 Календарный план участия воспитанников в ВФСК ГТО

Сроки проведения	**Тематика мероприятия**	**Группы**
В течении года	Участие в ежегодных совместных социальных проектах и акциях патриотической направленности на разных уровнях: всероссийский, городской, районный	1 и 2 младшая группа 1 и 2 старшая группа
В течении года	Урок – презентация ВФСК ГТО для воспитанников детских садов	1 и 2 старшая группа
Октябрь, Май	Районные соревнования «Папа, мама, я – дружная спортивная семья»	1 и 2 старшая группа
Май	«Фестиваль «Веселая дорога к ГТО»	1 и 2 старшая группа

3.9 Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
Физическое развитие	Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утв. приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 года № 1028) 1. И. С. Красикова «Осанка. Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки» - СПб: Корона принт, 2001. 2. Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду: младшая группа. Соответствует ФГОС» - М. МОЗАИКА –

	СИНТЕЗ, 2014 3. С. Я. Лайзане «Физическая культура для малышей» - Москва «Просвещение», 1987 4. Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду: старшая группа. Соответствует ФГОС» - М. МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2014. 5. Э. Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. Соответствует ФГОС» » - М. МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2014. 6. Н. В. Сулим «Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет» - ООО «ТЦ Сфера». 2014. 7. К. К. Утробина «Занимательная физкультура для дошкольников 3-5 лет» - М. : Издательство ГНОМ и Д, 2003. 8. М. Ю. Картушина «Коммуникативные игры для дошкольников» Методическое пособие. – М. «Скрипторий 2003», 2014 9. А. И. Фомина «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду» - М. Просвещение, 1984. 10. Т. В. Лисина, Г. В. Морозова «Подвижные тематические игры для дошкольников» - М.:ТЦ Сфера, 2015 11. Л. А. Соколова «Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников» - СПб ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013. 12. Т. Е. Харченко «Спортивные праздники в детском саду» - ООО «ТЦ Сфера», 2013. 13. В. Я, Лысова, Т. С. Яковлева, М. Б. Зацепина, О. И. Воробьева «»Спортивные праздники и развлечения ,сценарии .Старший дошкольный возраст» - М. АРКТИ, 2000. 14. Т. Ю. Бардышева «Разговорчивые пальчики» - Дмитров, Карапуз, 2001. 15. Т. Ю. Бардышева «Забодаю, забодаю! Пальчиковые игры для самых маленьких» - Дмитров, Карапуз, 2001. 16. Л. И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет» - М. МОСКВА – СИНТЕЗ, 2013 17. О. И. Крупенчук «Ладушки. Пальчиковые игры для малышей (1-3 лет)» - СПб, Литера, 2005. 18. Т. Н.Щербакова «Игры с пальчиками» - Дмитров, Карапуз, 2001. 19. В. В. Цвынтарный «Играем с пальчиками и развиваем речь» - СПб, ХАРДФОРД, 1996. 20. Н. С, Голицына, Е.Е. Бухарова «Физкультурный калейдоскоп для дошкольников» - М. , Скрипторий 2003, 2006. 21. А.А.Чеменива, А.Ф.Мельникова, В.С.Волкова « Парциальная

	программа рекреационного туризма для дошкольного возраста «Веселый рюкзачок»-М.:ООО «Русское слово-учебник»,2019 (ФГОС ДО МПК «Мозаичный ПАРК»)