

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 68 КИРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО:

Решением Педагогического совета  
ГБДОУ детского сада № 68  
Кировского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 3 от 17 августа 2021 года

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий ГБДОУ детским садом № 68  
Кировского района Санкт-Петербурга  
Приказ № 93 от 17 августа 2021 года  
Т.Н. Тычкова \_\_\_\_\_

# Рабочая программа

по освоению детьми 6-7 лет  
образовательной области  
«Физическое развитие»  
на 2021-2022 учебный год

**Составитель:**

инструктор по физической культуре  
**Дукин Михаил Евгеньевич**

Санкт-Петербург

2021 год

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Целевой раздел.....	3
Пояснительная записка.....	3
Возрастные психофизические особенности развития детей 6-7 лет.....	4
Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками основной образовательной программы .....	5
Оценка индивидуального развития ребенка .....	6
Параметры определения уровня усвоения программы.....	7
Содержательный раздел .....	8
Образовательная деятельность .....	8
Основные цели и задачи .....	8
Формы работы.....	10
Принципы физического развития.....	10
Методы физического развития .....	10
Поддержка детской инициативы .....	11
Взаимодействие педагогов с семьями воспитанников .....	12
Организационный раздел .....	13
Материально-техническое обеспечение Рабочей программы.....	13
Организация физкультурно-оздоровительной работы .....	13
Режим двигательной активности.....	14
Планирование и проектирование образовательного процесса.....	15
Тематическое планирование .....	15
Основные задачи образовательной области «Физическое развитие» .....	16
Перечень основных движений, подвижных игр и упражнений. Раздел «Физическая культура».....	17
Расписание занятий.....	19
Культурно-досуговая деятельность.....	19
Условия реализации программы .....	19
Длительность физкультурных занятий .....	20
Количество и продолжительность досугов, праздников .....	20
Кадровые условия .....	21
Санитарно-гигиенические условия проведения занятий.....	21
Обеспечение безопасности физкультурных занятий.....	22
Глоссарий.....	23
Список литературы .....	24

## ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по освоению детьми 6-7 лет образовательной области «Физическое развитие» определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования.

Разработка программы осуществлена в соответствии с:

- Законом РФ от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Конвенцией о правах ребенка ООН;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»);
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 года № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
- постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (срок действия до 01.01.2027);
- постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» (срок действия до 01.01.2022);
- Общеобразовательной программой ГБДОУ детского сада № 68 Кировского района Санкт-Петербурга.

Рабочая программа по освоению детьми 6-7 лет образовательной области «Физическое развитие» (далее Программа) обеспечивает физическое развитие детей с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей и направлена на решение задач, указанных в пункте 1.6. Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

Программа предусматривает формирование у детей элементарных технических навыков, коммуникативной компетентности, развитие психических познавательных процессов. В то же время программа нацелена на развитие физических и морально-волевых качеств дошкольников.

Программа ориентирована на гармоничное развитие всех мышц тела ребенка, укрепление его опорно-двигательного аппарата, повышение функций сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Программа представлена разделами «Физическая культура». Каждый раздел программы представлен группой задач, решение которых определяет освоение детьми данной предметной области.

Раздел «Физическая культура» содержит мероприятия, направленные на обогащение двигательного опыта, обучение правильной технике выполнения движений, становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, формирование представлений о некоторых видах спорта, становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами, правилам.

Рабочая программа разработана на основе принципов дошкольного образования:

- Полноценное проживание ребенком всех этапов детства, амплификация детского развития;
- Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником образовательных отношений;
- Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- Сотрудничество ДОУ с семьей;
- Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- Учет этнокультурной ситуации развития детей.

В рабочей программе выделены оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического развития. Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов; совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной деятельности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно-волевых качеств.

***Ведущие цели рабочей программы*** – создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком детства, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка ребенка к жизни в современном обществе.

Физическое развитие осуществляется как на специальных физкультурных занятиях, так и в игровой деятельности и повседневной жизни детей.

## **ВОЗРАСТНЫЕ ПСИХОФИЗИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ**

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

Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени еще ограничиваются наглядными признаками ситуации.

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

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного внимания достигает 30 минут.

Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребёнок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками. В этом возрасте они овладевают прыжками на одной и двух ногах, способны прыгать в высоту и в длину с места и с разбега при скоординированности движений рук и ног; могут выполнять разнообразные сложные упражнения на равновесие на месте и в движении, способны чётко метать различные предметы в цель. В силу накопленного двигательного опыта и достаточно развитых физических качеств дошкольник этого возраста часто переоценивает свои возможности, совершает необдуманные физические действия.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника.

К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КАК ОРИЕНТИРЫ ОСВОЕНИЯ ВОСПИТАННИКАМИ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Специфика дошкольного детства не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров<sup>3</sup>.

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для воспитателей и родителей воспитанников, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых.

***Рабочая программа направлена на достижение следующих целевых ориентиров:***

- Ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности;
- Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх;
- Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- Ребенок обладает элементарными представлениями о физической культуре и спорте.

***Планируемые результаты освоения программы***

**Раздел «Физическая культура»**

- Правильное выполнение всех изученных видов основных движений.
- Выполнение прыжка на мягкое покрытие с высоты 40см, прыжка в длину с места не менее 100см, прыжка в длину с разбега – 180см, прыжка в высоту с разбега не менее 50см. Выполнение прыжков через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Выполнение метания в цель из разных исходных положений, попадая в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5м. Выполнение метания правой и левой рукой на расстояние 5-12м, метания в движущуюся цель. Владение школой мяча.
- Умение перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, перестраиваться в две шеренги после расчета на первый – второй. Соблюдение интервалов во время передвижения.
- Выполнение физических упражнений из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Умение выполнять различные виды движений, сохраняя правильную осанку.
- Правильное выполнение всех видов ходьбы и бега. Выполнение ходьбы в разных направлениях, в колонне по двое, по трое. Выполнение бега, сохраняя темп и заданное направление. Бег 30м за 7,5 – 6,5 секунд.
- Выполнение ползания на спине и животе по гимнастической скамейке, подлезания под скамейку, дугу несколькими способами подряд (высота 30-35см), лазания по гимнастической стенке с изменением темпа, сохраняя координацию движений, используя перекрестные и одноименные движения рук и ног. Переход с пролета на пролет по диагонали.
- Использование игры в самостоятельной деятельности. Умение самостоятельно организовать и провести знакомые подвижные игры. Справедливо оценивать свои результаты и результаты своих сверстников.
- Проявление дисциплинированности, выдержки, самостоятельности и творчества в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность движений.

## ОЦЕНКА ИНДИВИДУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА

Система мониторинга осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений детей, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений в соответствии с реализуемой Программой. Педагогическая диагностика детского развития проводится два раза в год (в сентябре-октябре и мае). Основная задача педагогической диагностики заключается в том, чтобы определить степень освоения ребенком образовательной программы и влияние образовательного процесса, организуемого в дошкольном учреждении, на развитие ребенка.

	Раздел «Физическая культура»
Объект педагогической диагностики	Индивидуальные достижения детей в контексте Программы
Основная направленность диагностики	Физическое развитие, формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой
Формы и методы педагогической диагностики	Наблюдение, тестирование
Периодичность проведения педагогической диагностики	2 раза в год
Методика проведения диагностики	Авторские разработки на основе рекомендаций А.А. Потапчук и Э.Я. Степаненковой Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации; Н.Л. Петренкиной Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста.
Фиксация результатов	Диагностические карты

### ПАРАМЕТРЫ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ УСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ РАЗДЕЛ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

• I параметр – Строевые упражнения – Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу; перестраиваться в две шеренги после расчета на первый – второй. Соблюдает интервалы во время передвижения.

• II параметр – ОРУ – Выполняет упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.

• III параметр – Ходьба и бег – Правильно выполняет все виды ходьбы. Выполняет ходьбу в разных направлениях, в колонне по двое, по трое. Умеет выполнять ходьбу в

сочетании с другими видами движений. Выполняет разные виды бега, сохраняя темп и заданное направление. Умеет бегать 30м за 7,5 – 6,5 секунд.

- IV параметр – Прыжки – Выполняет прыжки, соблюдая правильную технику движений. Умеет прыгать на обозначенное место с высоты 40см; прыгать в длину с места не менее 110-120 см; прыгать в длину с разбега не менее 160-180 см; прыгать в высоту с разбега не менее 50см. Умеет прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.

- V параметр – Бросание, метания, школа мяча – Умеет выполнять бросок в цель из разных исходных положений; попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5м. Выполняет метание предмета (200гр) правой и левой рукой на расстояние 6-12м. Метает предметы в движущуюся цель. Выполняет ведение мяча в ходьбе и беге (10м). Владеет школой мяча.

- VI параметр – Лазание, ползание – Выполняет ползание на спине и животе по гимнастической скамейке; подлезание под скамейку, дугу несколькими способами подряд (высота 50-35см). Лазает по шведской стенке с изменением темпа, сохраняя координацию движений, используя перекрестные и одноименные движения рук и ног. Умеет переходить с пролета на пролет по диагонали.

- VII параметр – Равновесие – Выполняет упражнения на скамейке (приседание на одной ноге, ходьба приставным шагом, «ласточка», перешагивание, перепрыгивание). Ходит по узкой стороне гимнастической скамейки. Может кружиться с закрытыми глазами с остановкой и выполнением различных фигур.

- VIII параметр – Подвижные игры и элементы спортивных игр – Использует игры в самостоятельной деятельности. Может самостоятельно организовывать и провести знакомые подвижные игры. Справедливо оценивает свои результаты и результаты своих сверстников. Активно участвует в играх с элементами спорта: футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон)

## **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

#### **ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

##### **Цель:**

Охрана и укрепление здоровья ребенка, закаливание, удовлетворение естественной потребности детей в движении; формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой; гармоничное физическое развитие детей.

##### **Задачи на год:**

##### **Раздел «Физическая культура»**

1. Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.



- Формирование привычки сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

- Закрепление умения соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

- Совершенствование активного движения кисти руки при броске.

- Закрепление умений быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в заданном темпе.

- Развитие психофизических качеств.

- Упражнение детей в статическом и динамическом равновесии, развитие координации движений и ориентировки в пространстве.

- Закрепление умения участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнований), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.

- Совершенствование техники основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

- Закрепление умения сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

- Упражнение в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

2. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- Закрепление умения детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

- Поддержание интереса детей к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

- Воспитание интереса к физическим упражнениям, желание пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.

3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- Закрепление знаний детей об особенностях функционирования и целостности человеческого организма.

- Формирование представлений о значении двигательной активности в жизни человека и умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

- Формирование представлений об активном отдыхе.

- Расширение представлений детей о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

4. Формирование начальных представлений о видах спорта:

- Привитие интереса к физической культуре и спорту и желания заниматься физкультурой и спортом.

- Продолжение знакомства детей с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

- Продолжение обучения детей умению определять и называть признаки зимних и летних видов спорта.

- Продолжение обучения детей умению определять и называть вид спорта, сопоставлять вид спорта и спортивный инвентарь. Формирование у детей представлений о правилах, определении победителя в некоторых видах спорта.

## ФОРМЫ РАБОТЫ

Воспитательно-образовательный процесс подразделен на:

- Образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов деятельности или в ходе режимных моментов;

- Самостоятельную деятельность детей;

- Взаимодействие с семьями детей по реализации программы.

Для реализации рабочей программы по физическому развитию рекомендуется использование следующих форм работы:

- Физкультурные занятия игровые, сюжетные, тематические, комплексные, контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера;

## ПРИНЦИПЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Дидактические:

- систематичность и последовательность;
- развивающее обучение;
- доступность;
- воспитывающее обучение;
- учет индивидуальных и возрастных особенностей;
- сознательность и активность ребенка;
- наглядность.

Специальные:

- непрерывность;
- последовательность наращивания тренирующих воздействий;
- цикличность.

Гигиенические:

- сбалансированность нагрузок;
- рациональность чередования деятельности и отдыха;
- возрастная адекватность;
- оздоровительная направленность всего образовательного процесса;
- осуществление лично-ориентированного обучения и воспитания.

## МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

#### Наглядные:

- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя).

#### Словесные:

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

#### Практические:

- Повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- Проведение упражнений в игровой форме;
- Проведение упражнений в соревновательной форме.

## ПОДДЕРЖКА ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ

#### Условия, необходимые для развития двигательной активности детей:

- Развивающая предметно-пространственная среда разнообразна по своему содержанию;
- Содержание развивающей среды учитывает индивидуальные особенности и интересы детей разных возрастных групп;
- В общение с детьми преобладает демократический стиль;
- Педагоги и родители развивают умения детей осуществлять выбор деятельности и отношений в соответствии со своими интересами;
- Родители в курсе всего, что происходит в жизни ребенка: чем он занимался, что нового узнал, чем ему нужно помочь в поиске нового и т.д.

#### Эффективные формы поддержки детской инициативы:

- Совместная деятельность взрослого с детьми, основанная на поиске вариантов решения проблемной ситуации, предложенной самим ребенком.
- Проектная деятельность;
- Совместная познавательно-исследовательская деятельность взрослого и детей – дидактические игры по физическому развитию;
- Создание условий для самостоятельной деятельности детей в центре физического развития.

## ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГОВ С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

Ведущая цель – создать необходимые условия для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Месяц	Название мероприятия
	Раздел «Физическая культура»
Сентябрь	Выступление на родительских собраниях: Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ
Октябрь	Эстафеты «Золотая осень»
Ноябрь	Спортивный досуг «Навстречу друг другу»
Декабрь	Консультация: «Организация зимнего отдыха на каникулах»
Январь- Февраль	Эстафеты «Зимние забавы»
	Спортивный праздник «Солдаты! Аты-Баты»
Март	Спортивный досуг «Мамин день»
Апрель	Эстафеты «Мы Космонавты»
Май	Спортивный праздник «МИР, ТРУД, МАЙ»
Сентябрь- Май	Индивидуальные консультации родителей. Оформление информационных стендов для родителей.

## ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

### МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

#### ОПИСАНИЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Разделы	Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности	Перечень технических и электронных средств, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности
Физическая культура	<p><b>Методические пособия:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Авторские конспекты занятий по физической культуре;</li><li>• Авторские конспекты тематических мероприятий;</li><li>• Анисимова Т.Г., Ульянова С.А. Формирование правильной осанки и плоскостопия у дошкольников;</li><li>• Буренина А.И. Ритмическая мозаика;</li><li>• Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду;</li><li>• Тимофеева Е.А. Подвижные игры;</li><li>• Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5 – 7 лет.</li></ul> <p><b>Наглядно-дидактические пособия:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Авторский наглядно-методический материал;</li><li>• Авторские дидактические игры</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Музыкальный центр;</li><li>• тренажерно-информационная система «ТИСА»</li><li>• Секундомер</li><li>• Рулетка линейка</li></ul>

Перечень компонентов РППС функционального модуля «Физическое развитие» указан в паспорте функционального модуля «Физическое развитие»

### ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

В ДОУ необходимо проводить постоянную работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций.

Под руководством медицинского персонала следует осуществлять комплекс закалывающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды, с учетом состояния здоровья детей и местных условий.

Важно обращать внимание на выработку у детей правильной осанки.

В помещении следует обеспечивать оптимальный температурный режим, регулярное проветривание; приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. Необходимо обеспечивать пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня.

Важно обеспечивать оптимальный двигательный режим – рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет не менее 60% от всего времени бодрствования.

Следует поощрять участие детей в совместных подвижных играх и физических упражнениях на прогулке. Развивать инициативу детей в организации самостоятельных подвижных и спортивных игр и упражнений, поощрять самостоятельное использование детьми имеющегося физкультурного и спортивно-игрового оборудования.

Воспитывать у детей интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Ежедневно следует проводить утреннюю гимнастику.

В процессе образовательной деятельности, требующей высокой умственной нагрузки, и в середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, рекомендуется проводить физкультминутку длительностью 1-3 минуты.

## РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Формы работы	Виды занятий	Количество занятий
Физкультурные занятия  Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	В спортивном зале (в неделю)	2
	Утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика и др.	Ежедневно
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно, 2 раза
	Физкультминутки в середине статического занятия	Ежедневно
Активный отдых	Физкультурный досуг (в спортивном зале, на улице)	1 раз в месяц
	Спортивный праздник	2 раза в год
	День здоровья	2 раза в год
	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно

Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно
---	---	-----------

## ПЛАНИРОВАНИЕ И ПРОЕКТИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

При организации воспитательно-образовательного процесса необходимо обеспечить единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, при этом следует решать поставленные цели и задачи, избегая перегрузки детей, на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному минимуму. Построение образовательного процесса на комплексно-тематическом принципе с учетом интеграции образовательных областей дает возможность достичь этой цели.

Планирование тематических занятий по физической культуре основано на комплексно-тематическом планировании ДОУ.

Методическая разработка тематических занятий направлена не только на развитие психофизических качеств, двигательных навыков и умений, но и на формирование у детей представлений об окружающем мире и на расширение культурного поля дошкольника.

Месяц	Название занятия	Содержание темы
Сентябрь	«День знаний»	Закрепление знаний детей о школе.
Октябрь	«Осень»	Расширение и обогащение знаний детей об осени.
Ноябрь	«Я живу в России»	Расширение знаний детей о своей стране.
Декабрь	«Закаляйся! Будь Здоров!»	Расширение представлений детей о работе организма.
Январь	«Зимние гуляния»	Расширение и обогащение знаний детей о зиме, традициях.
Февраль	«День Защитника Отечества»	Расширение представлений детей о Российской армии.

Март	«8 марта»	Расширение гендерных представлений.
Апрель	«12 апреля»	Расширение и обогащение знаний детей о космосе.
Май	«Я и весь МИР»	Расширение представление детей о других стран, культур.

## ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

1 квартал	2 квартал	3 квартал
<b>Обучающие задачи</b>		
<p><b>Раздел «Физическая культура»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Закрепление умения выполнять перестроение в три колонны, повороты на месте, размыкание и смыкание, расчет на 1-й, 2-й, 3-й.</li> <li>• Продолжение формирования умения выполнять ведение мяча, перебрасывание мяча через веревку.</li> <li>• Обучение детей упражнению «угол» в вися на гимнастической стенке.</li> <li>• Совершенствование всех видов ходьбы и бега, прыжков из глубокого приседа и с продвижением вперед.</li> <li>• Упражнение детей в отбивании мяча о пол, ползании на четвереньках.</li> <li>• Проверка уровня физического развития детей.</li> </ul>	<p><b>Раздел «Физическая культура»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Закрепление умения перестраиваться.</li> <li>• Упражнение детей в различных видах ходьбы и бега, в ведении мяча и метании в вертикальную цель, прыжках через предметы.</li> <li>• Формирование умения выполнять упражнения на гимнастических кольцах (вис в упоре, «угол», раскачивание, соскок).</li> <li>• Закрепление умения выполнять прыжки на скакалке, ползать попластунски; на четвереньках, по скамейке.</li> </ul>	<p><b>Раздел «Физическая культура»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Закрепление умения соблюдать в ходьбе и беге заданный темп.</li> <li>• Совершенствование различных видов строевых упражнений.</li> <li>• Закрепление умений и навыков в спортивных упражнениях, совершенствование техники их выполнения.</li> <li>• Закрепление умения сочетать разбег с отталкиванием во время прыжков на мягкое покрытие.</li> <li>• Совершенствование метания мяча, соблюдая правильность исходного положения, умения играть с мячом, лазать по шведской стенке, соблюдая правильность хвата за перекладину</li> <li>• Обучение детей гимнастическим упражнениям на скамейке.</li> <li>• Проверка уровня физического развития детей;</li> </ul>
<b>Оздоровительные задачи</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам внешней среды.</li> <li>• Укрепление мышц тела, нижних конечностей.</li> <li>• Повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем.</li> <li>• Активизация работы вестибулярного аппарата.</li> <li>• Повышение функциональных возможностей организма.</li> <li>• Активизация обменных процессов работы.</li> </ul>		



<b>Развивающие задачи</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развитие равновесия, силы, ловкости, глазомера, координации, внимания, выносливости.</li> <li>• Развитие умения ориентироваться в пространстве.</li> </ul>
<b>Воспитательные задачи</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формирование интереса к двигательной деятельности.</li> <li>• Воспитание желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры со сверстниками.</li> <li>• Повышение эмоционального тонуса.</li> <li>• Воспитание смелости, решительности, выдержки, уверенности в своих силах, целеустремленности.</li> <li>• Воспитание нравственно-волевых черт личности (сдержанности, дисциплинированности, честности, организованности).</li> <li>• Воспитание положительного отношения детей к занятиям.</li> <li>• Воспитание дружеских отношений со сверстниками, инициативность в подготовке и уборке мест занятий, честность во время соблюдения правил подвижных игр.</li> </ul>
<b>Связь с другими образовательными областями</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формирование у детей потребности в ежедневной двигательной деятельности,</li> <li>• Создание благоприятных условий для воспитания организованности, волевых качеств, чувства собственного достоинства, справедливости, взаимопомощи, умения заниматься в коллективе, дружеских взаимоотношений;</li> <li>• Формирование навыка рационального использования физических упражнений в самостоятельной двигательной деятельности;</li> <li>• Способствование расширению словарного запаса, развитию связной речи;</li> <li>• Способствование развитию памяти, мышления, воображения, восприятия, любознательности и познавательной мотивации, путем использования игровых упражнений, подвижных и дидактических игр, познавательно-наглядного материала;</li> <li>• Использование во время занятий музыкального сопровождения, разнообразного оборудования и инвентаря, пособий для сюжетных подвижных игр, изображений двигательной деятельности, спортивного инвентаря и видов спорта.</li> </ul>

## ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНЫХ ДВИЖЕНИЙ, ПОДВИЖНЫХ ИГР И УПРАЖНЕНИЙ. РАЗДЕЛ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

### Основные виды движений

*Ходьба.* Ходьба обычная, на носках с разным положением рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колен, широким и мелким шагом, приставным шагом вперед, назад, в сторону. Гимнастическая ходьба, ходьба в полуприседе.

Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, в шеренге. Ходьба в разных направлениях. Ходьба в сочетании с другими движениями.

*Упражнения в равновесии.* Ходьба по гимнастической скамейке с дополнительными заданиями (перешагивание, пронос ноги махом вперед сбоку скамейки, с хлопком под коленом, с приседание, с поворотом и т.д.). Ходьба по узкой стороне скамейки, по веревке. Кружение с закрытыми глазами.

*Бег.* Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, с захлестыванием голени, выбрасывая вперед прямые ноги, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, в разных направлениях, с изменением темпа, с дополнительными заданиями, с преодолением препятствий. Непрерывный бег в течение 2 минут. Бег со средней скоростью 80-120м; челночный бег; бег на скорость 30м (к концу года за 7,5-6,5 секунд).

*Ползание, лазанье.* Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке; ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, скамейку разными способами подряд. Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений рук и ног, перелезанием с пролета на пролет.

*Прыжки.* Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3-4 раза, с поворотом вокруг, продвигаясь вперед. Прыжки через 6-8 предметов (высота 15-20см) последовательно через каждый; на одной ноге. Прыжки вверх из глубокого приседа, прыжки с высоты 40см на обозначенное место. Прыжки вверх с разбега (высота 50см), прыжки в длину с места (100см), в длину с разбега (180см). вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25см выше поднятой руки ребенка. Прыжки через короткую скакалку.

*Бросание, ловля, метание.* Перебрасывание мяча друг другу разными способами, из разных исходных положений. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (20 раз), одной рукой (10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением. Метание на дальность одной рукой (6-12м). Метание в цель с расстояния 4-5м.

*Строевые упражнения.* Построение в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре. Расчет на первый-второй и перестроение в две шеренги. Размыкание, смыкание, повороты.

*Ритмическая гимнастика.* Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным произведением.

#### Общеразвивающие упражнения

Без предметов, с мячом, с гимнастической палкой, со шнуром, с обручем, со скакалкой, с использованием скамейки, в парах, с большим шнуром.

#### Подвижные игры

«Третий лишний», «Больная птица», «Бездомный заяц», «Одна ножка», «Ловишка на одной ножке», «Уголки», «Рыбаки и рыбки», «Ловишки – перебежки», «Ловишки парами», «Успей догнать», «Северный и Южный ветер», «Лягушки и цапля», «Волк во рву», «Буря», «Паук и мухи», «Медведь и пчелы», «Ноги выше от земли», «Ловля обезьян», «Сбей кеглю», «Ловишки с мячом», «Стоп», «Забей гол в ворота», «Охотники и звери»,

«Найди, где спрятано», «День и ночь», «Кого позвали – ловит мяч», «Сумей изобразить спортсмена», «Совушки», «Стой», «Часовой», «Быстро возьми и положи», Эстафеты.

### РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

№ группы	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
10	Физ. культура 9.55		Досуг (2 неделя месяца)	Физ. культура 9.55	
6	Физ. Культура 9.00		Досуг (4 неделя месяца)	Физ. культура 9.00	
8	Физ. культура 10.30		Досуг (1 неделя месяца)	Физ. культура 10.30	
5	Физ. культура 9.25		Досуг (3 неделя месяца)	Физ. культура 9.25	
7		Физ. культура 9.30	Досуг (2 неделя месяца)		Физ. культура 9.30
1		Физ. культура 10.05	Досуг (1 неделя месяца)		Физ. культура 10.05
4		Физ. Культура 9.00	Досуг (3 неделя месяца)		Физ. Культура 9.00
3		Физ. Культура 10.45	Досуг (4 неделя месяца)		Физ. Культура 10.45

### КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Месяц	Раздел «Физическая культура»
Сентябрь	Досуг «Закаляйся»»
Октябрь	Досуг «Все в поход»
Ноябрь	Веселые старты Мама Папа Я-спортивная семья
Декабрь	Досуг «Кто на лыжах, кто на санях»

Январь	Досуг «Крещенские гуляния»
Февраль	Досуг «Солдаты! Аты-Баты»
Март	Досуг «Мамин День»
Апрель	Досуг «Кто тут Богатырь»
Май	Досуг «Зарница»

## УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Успешность обучения дошкольников основным видам движений и практическим навыкам, а также степень оздоровительного влияния зависят от того, насколько четко и правильно соблюдаются все основные требования к организации образовательной деятельности, обеспечиваются меры безопасности, выполняются необходимые санитарно - гигиенические правила.

Обучение ОВД, развитие психофизических качеств, решение оздоровительных и воспитательных задач по данной программе проходит в спортивном зале, расположенном в здании ДОУ, и на спортивной площадке, расположенной на территории ДОУ.

Наличие спортивного зала в детском саду создает возможность привлечь к образовательной деятельности по физическому развитию всех детей, начиная с младшего возраста. Организация образовательной деятельности по физическому развитию детей в детском саду осуществляется в комплексе со всеми многообразными формами физкультурно-оздоровительной работы. Использование рационального режима деятельности и отдыха детей дает положительный результат в укреплении их здоровья и закаливании организма.

Режим дня, включающий физкультурные занятия, предусматривает достаточное пребывание детей на воздухе, полноценное проведение общеобразовательной деятельности, приема пищи, сна, всех других форм, физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы. Обязательно учитывается время приема пищи. Занятие должно проходить не ранее чем через 40 мин после еды.

Физкультурные занятия проходят в форме групповой образовательной деятельности по установленному расписанию.

Длительность образовательной деятельности в разных возрастных группах неодинакова. Она устанавливается в зависимости от возраста, периода обучения. В начале обучения занятия имеют меньшую моторную плотность, затем, по мере освоения детьми программы, моторная плотность постепенно увеличивается.

## ДЛИТЕЛЬНОСТЬ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ

Раздел	Кол-во Подгрупп	Число детей в подгруппе	Длительность занятий, мин.	
			в одной подгруппе	во всей группе
«Физическая культура»	1	До 30	30	30

## КОЛИЧЕСТВО И ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ДОСУГОВ, ПРАЗДНИКОВ

Количество проведения мероприятий		Продолжительность проведения мероприятий	
Досуг	праздник	досуг	праздник
1 раз в месяц	2 раза в год	30-35 мин	до 60 мин

## КАДРОВЫЕ УСЛОВИЯ

Занятия по физической культуре проводит инструктор по физической культуре, имеющий специальное образование.

Большая роль в подготовке и проведении НОД по физическому развитию отводится воспитателям групп. Воспитатели групп работают в тесном контакте с инструкторами по физической культуре и медицинским персоналом. Они ведут работу в своей группе: следят за выполнением расписания и готовят группы к ним, знакомят с правилами поведения в спортивном зале, и на площадке. Вместе с медсестрой определяет, кому из детей необходим щадящий режим или освобождение от занятий, поддерживает тесную связь с родителями.

Воспитатель перед образовательной деятельностью по физическому развитию проверяет наличие у детей спортивной формы и обуви (для занятий физической культурой) помогает детям подготовить все необходимое.

На занятия по физической культуре детей сопровождает воспитатель.

В спортивном зале ДОУ работает один человек: инструктор по физической культуре.

При проведении занятий осуществляется медико-педагогический контроль над воспитанием и здоровьем каждого ребенка, с учетом его индивидуальных психофизиологических особенностей.

## САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ

Санитарно-гигиенические условия проведения физкультурных занятий в спортивном зале включают следующее:

- освещенные и проветриваемые помещения;
- текущая и генеральная дезинфекция помещений и инвентаря;
- проветривания между занятиями (не менее 5 мин), 2 раза в день сквозные проветривания, должна работать вентиляция.

## САНИТАРНЫЕ НОРМЫ ТЕМПЕРАТУРНОГО РЕЖИМА

Помещение	Температура воздуха (0С)	Влажность воздуха (%)
Спортивный зал	+18...+20	40-50

## ДОПУСК К ЗАНЯТИЯМ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ

Для допуска к занятиям по физической культуре в детском саду требуется:

- Допуск врача (основная или подготовительная группы здоровья).
- Прохождение инструктажа по технике безопасности.

К каждому физкультурному занятию ребенку необходима спортивная форма:

- Белая футболка;
- Спортивные штаны или шорты (велосипедки);
- Носки;
- Спортивные кеды на светлой резиновой подошве;

## ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ

До начала организации занятий в спортивном зале детей надо ознакомить с правилами поведения. Все взрослые должны знать меры по оказанию помощи и в любую минуту быть готовыми помочь детям.

Обеспечение безопасности при организации физкультурных занятий с детьми дошкольного возраста включает следующие правила.

- Занятия проводить в местах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены.
- Не разрешать детям толкать друг друга и ставить подножки, мешать выполнению упражнений, садиться друг на друга, хватать за руки и за ноги, громко кричать, звать на помощь, когда она не требуется.
- Допускать детей к занятиям только с разрешения врача.
- Приучать заходить и выходить из зала по разрешению преподавателя
- Проводить поименно переключку детей.
- Во время занятий внимательно наблюдать за детьми, видеть всю группу, каждого воспитанника отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку.
- Не проводить занятия раньше, чем через 40 минут после еды.

- При появлении у ребенка признаков переутомления дать ему отдохнуть.
  - Соблюдать методическую последовательность обучения.
  - Знать индивидуальные данные физического развития, состояние здоровья и физическую подготовку каждого ребенка.
  - Не злоупотреблять возможностями ребенка, не форсировать увеличения нагрузки.
  - Добиваться сознательного выполнения детьми правил обеспечения безопасности. Каждый воспитанник должен знать и соблюдать правила поведения в спортивном зале, при работе с инвентарем и оборудованием, во время подвижных игр.
- Соблюдение правил поведения в спортивном зале при организации занятий с детьми дошкольного возраста способствует обеспечению безопасности при проведении образовательной деятельности.

## ГЛОССАРИЙ

Взрослые – родители (законные представители), педагогические и иные работники образовательной организации.

Образовательная область – структурная единица содержания образования, представляющая определенное направление развития и образования детей.

Образовательная программа – учебно-методическая документация, определяющая рекомендуемые объем и содержание образования определенного уровня и (или) определенной направленности планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности, включая примерные расчеты нормативных затрат оказания государственных услуг по реализации образовательной программы.

Педагогическая диагностика – оценка индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанная с оценкой эффективности педагогических действий и лежащая в основе их дальнейшего планирования.

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды, представленная специально организованным пространством, материалами, оборудованием и инвентарем для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования – совокупность обязательных требований к образованию определенного уровня и (или) профессии, специальности и направлению подготовки, утвержденных федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Анисимова Т.Г., Ульянова С.А. Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников. – Волгоград: Учитель, 2009.
2. Богина Т.Л., Терехова Н.Т. Режим дня в детском саду. – М.: Просвещение, 1987.
3. Булгакова Н.Ж., Пособие для инструктора – общественника / Н.Ж. Булгакова.- М.: Физкультура и спорт, 1984.-160 с.
4. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб.: 1997.
5. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1981.
6. Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие/Л.Н. Волошина. – М.:АРКТИ, 2005.-108 с. (Развитие и воспитание).
7. Воротилкина И.М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении: Метод. пособие. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2006.
8. Галанов А.С. Игры которые лечат (для детей от 3 до 5 лет). – М.: Педагогическое общество России, 2005.
9. Галанов А.С. Игры которые лечат (для детей от 5 до 7 лет). – М.: Педагогическое общество России, 2005.
10. Галанов А.С. Психическое и физическое развитие ребенка от трех до пяти лет: Пособие для работников дошкольных образовательных учреждений и родителей. – М.: АРКТИ, 2003.
11. Галицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультуры в дошкольном образовательном учреждении / Н.С. Галицина.- М.:, 2005.-143с.
12. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет./ Авт.-сост. Белостоцкая Е.М., Виноградова Т.Ф., Каневская Л.Я., Теленчи В.И. – М.: Просвещение, 1987.
13. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: Средний возраст. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.
14. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: Старший возраст. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.
15. Зинатулин С.Н. Планирование и конспекты занятий по обучению детей регуляции дыхания: методическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2007.



16. Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим: Оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада. – М.: ТЦ Сфера, 2004.
17. Кенеман А.В., Осокина Т.И. Подвижные игры народов СССР. – М.: Просвещение, 1988.
18. Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников: Практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр (средняя, старшая, подготовительная группы). – М.: ВАКО, 2005.
19. Кострыкина Л.Ю., Рыкова О.Г., Корнилова Т.Т. Малыши, физкульт-привет!. – М.: Издательство Скрипторий 2003, 2006.
20. Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду: Пособие для воспитателей. – М.: Просвещение, 1988.
21. Луконина Н.Н. Физкультурные праздники в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2007.
22. Моргунова О.Н. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ. – Воронеж: ТЦ Учитель, 2005.
23. Ноткина Н.А. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста. – СПб.: Издательство Акцидент, 1995.
24. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – СПб.: Издательство Речь; М.: Сфера, 2009.
25. Олимпийское образование дошкольников: Методическое пособие / Под ред. Филипповой С.О., Волосниковой Т.В. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.
26. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Фурмина Л.С. Игры и развлечения детей на воздухе. – М.: Просвещение, 1983.
27. От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования (пилотный вариант) / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.
28. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет.. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.
29. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5 – 7 лет. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002.
30. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Младшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.
31. Петренкина Н.Л. Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста: Методические рекомендации. – СПб.: Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2007.
32. Планирование в физической культуре дошкольников: Методические рекомендации. – СПб.: Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2000.
33. Погадаев Г.И. Физическая культура дошкольников / Пособие для родителей и воспитателей. – М.: Школьная Пресса, 2003.
34. Спорт: Детская олимпийская энциклопедия / Авт.-сост. Пейдж Д. – М.: ООО Издательство Олимп: ООО Издательство Астрель: ООО Издательство АСТ, 2002.
35. Спортивная энциклопедия почемучки / Авт.-сост. Юрмин Г., Менакер А. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2003.
36. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. – М.: Мозаика-Синтез, 2005.

37. Тимофеева Е.А. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 1986.
38. Физкульт-привет минуткам и паузам! Сборник физ. упражнений для дошкольников и школьников.: Учебно-методическое пособие для педагогов школьных и дошкольных учреждений. / авт.-сост. Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2005.
39. Фролов В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке. – М.: Просвещение, 1986.
40. Шебеко В.Н., Ермак Н.Н. Физкультурные праздники в детском саду: Творчество в двигательной деятельности дошкольника. – М.: Просвещение, 2003.
41. Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.