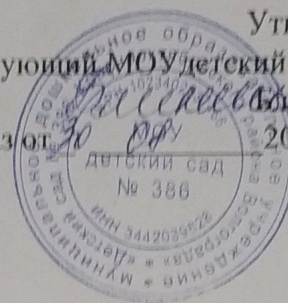


Принято на заседании
педагогического совета
протокол № 30.08. 2019г № 1

Утверждаю
Заведующий МОУ детский сад №386
Болотова Е.Г.
приказ от 30.08. 2019г № 1



Рабочая программа по физическому развитию
для детей средней группы
(4 – 5 года)
на 2019 – 2020 гг.

Инструктора по физической культуре
высшей категории Жуковой Г.И.

Волгоград 2019

РАЗДЕЛ 1

Пояснительная записка

1.1 Рабочая образовательная программа инструктора по физической культуре Жуковой Г.И. разработана в соответствии с:

- 1 Конституцией РФ
- 2 Уставом и нормативными документами МОУ №386 г. Волгограда
- 3 Федеральным законом РФ от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- 4 СанПин 2.4.1.3049-13;
- 5 Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. N 1014 г. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- 6 Федеральным государственным стандартом дошкольного образования от 17.10.2013 № 1155.
- 7 С учетом основной общеобразовательной программы дошкольного образования.
- 8 Разработана с учетом Примерной образовательной программы дошкольного образования ДЕТСТВО: / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2014. – 321 с.;
- 9 С применением порционных программ: авторской программы "В музыкальном ритме сказок" под редакцией Н.А. Фомина;
- 10 авторской программы "Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного возраста" под редакцией Н.Н. Ефименко;
- 11 оздоровительно-развивающая программа по танцевально-игровой гимнастике "Са-фи-дансе" Ж.Е. Фирилева Е.Г. Сайкина.

1.2 Рабочая программа инструктора по физической культуре Жуковой Г.И. сформирована в соответствии с принципами, определенными ФГОС ДО:

- 1) поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;
- 2) лично-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников ДОО) и детей;
- 3) уважение личности ребенка;
- 4) реализация ООП ДО в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей физическое развитие ребенка.

Принципы и подходы в организации образовательного процесса, наряду с общепедагогическими дидактическими принципами:

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

Принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.

Принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта,

принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей

между собой.

Принцип индивидуализации позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя **принцип возрастной адекватности физических упражнений**.

Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередовании нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

Принцип единства с семьей, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

Срок реализации программы: 01.09.2019 - 31.08.2020гг.

1.3 Цель: создание условий для развития здорового, жизнерадостного, физически развитого ребенка, владеющего доступными его возрасту знаниями о физической культуре и спорте, испытывающего желание заниматься физическими упражнениями.

Задачи по образовательным областям:

Образовательная область «Физическое развитие»

- 1 Формировать правильную осанку.
- 2 Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног.
- 3 Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
- 4 Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.
- 5 Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы.
- 6 Развивать умение перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
- 7 Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.
- 8 В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.
- 9 Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
- 10 Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.
- 11 Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
- 12 Закреплять умение кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу.
- 13 Совершенствовать умение ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»

- привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и педагогов, оформления помещений; развивает творческие способности;
- проведение зарядок, игр и упражнений под музыку, спортивных праздников и развлечений под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»

- формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при

пользовании спортивным инвентарем и оборудованием;

- создание на занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявления смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников;
- привлечение детей к участию в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования.

Образовательная область «Познавательное развитие»

- активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и др.), организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве, подвижных игр и упражнений, закрепляющих знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых), просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни;
- организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетных занятий на темы прочитанных сказок.

Образовательная область «Речевое развитие»

- побуждение к проговариванию действий и названию упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой;
- проявление речевой активности в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой

1.4. Возрастные и индивидуальные особенности детей.

Пятый год жизни (средняя группа)

Взросли физические возможности детей: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, наполнить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми.

Уделяя внимание развитию детской самостоятельности, инструктор широко использует приемы индивидуального подхода, следуя правилу: не делать за ребенка то, что он в состоянии сделать самостоятельно. Но при этом он исходит из реального уровня умений, которые могут значительно различаться у разных детей. Поэтому если для одних детей будет достаточно простого напоминания о нужном действии, совета, то для других необходим показ или совместное действие с ребенком — в этом проявляется одна из особенностей детей. Примечательной особенностью детей является фантазирование, нередко они путают вымысел и реальность. Яркость фантазий расширяет рамки умственных возможностей детей и используется инструктором для обогащения детского игрового опыта: придумывания в игре фантастических образов животных, людей, сказочных путешествий.

На пятом году жизни дети проявляют интерес к вопросам пола, начинается осознание своей половой принадлежности. Дети отмечают внешнее различие между мальчиками и девочками. Задачей инструктора по физическому развитию совместно с воспитателями является постепенное формирование представлений о поведении мальчика или девочки, их взаимоотношениях. Выполнение такой задачи успешно повлияет на интеллектуальное и моральное развитие ребенка.

1.5. Циклограмма рабочего времени инструктора по физической культуре Жуковой Г.И. на 2019-2020 учебный год.

Дни недели	Время	Содержание деятельности
Понедельник	8.00-8.10	Проветривание, подготовка к утренней зарядке.
	8.10-8.30	Утренняя зарядка.
	8.30-9.00	Подготовка к НОД по физическому развитию.
	9.00-9.20	НОД по физическому развитию в средней группе №2
	9.20-9.25	Проветривание.
	9.25-9.40	НОД по физическому развитию в младшей группе №9
	9.40-9.45	Проветривание.
	9.50-10.10	НОД по физическому развитию в средней группе № 5 .
	10.10-10.15	Проветривание.
	10.20-10.45	НОД по физическому развитию в старшей группе №8
	10.50-10.55	Проветривание.
	11.00-11.30	НОД по физическому развитию в группе № 3
12.00-14.00	Работа с документацией.	

Вторник	<p>8.00-8.10</p> <p>8.10-8.30</p> <p>8.30-9.00</p> <p>9.00-9.20</p> <p>9.20-9.25</p> <p>9.25-9.40</p> <p>9.45-10.05</p> <p>10.10-10.35</p> <p>10.40-11.20</p> <p>11.30-12.00</p> <p>12.00 – 13.00</p> <p>13.00 – 14.00</p>	<p>Проветривание, подготовка к утренней зарядке.</p> <p>Утренняя зарядка.</p> <p>Подготовка к НОД по физическому развитию.</p> <p>НОД по физическому развитию в средней группе №4</p> <p>Проветривание</p> <p>НОД по физическому развитию в младшей группе №10</p> <p>НОД по физическому развитию в средней группе № 7</p> <p>НОД по физическому развитию в старшей группе № 13</p> <p>НОД по физическому развитию в подготовительной группе №11</p> <p>Индивидуальная работа с детьми</p> <p>Работа с документами Подготовка материалов для информационных стендов, консультации для воспитателей</p> <p>Подготовка материалов для информационных стендов, консульт.</p>
Среда	<p>8.00 – 8.10</p> <p>8.10 – 8.35</p> <p>8.35 – 9.00</p> <p>9.00 – 9.20</p> <p>9.20 – 9.25</p> <p>9.25 – 9.45</p> <p>9.50 – 10.05</p> <p>10.05 – 10.10</p> <p>10.10 – 10.30</p> <p>10.35 – 11.00</p> <p>11.05 – 11.35</p> <p>11.40 – 13.00</p> <p>13.00 – 14.00</p>	<p>Проветривание, подготовка к утренней зарядке.</p> <p>Утренняя зарядка.</p> <p>Подготовка к НОД</p> <p>НОД по физическому развитию в средней группе № 5</p> <p>Проветривание помещения.</p> <p>НОД по физическому развитию в средней группе №12</p> <p>НОД по физическому развитию в младшей группе № 9</p> <p>Подготовка к НОД по физическому развитию.</p> <p>НОД по физическому развитию в средняя группе №1</p> <p>НОД по физическому развитию в старшей группе №3</p> <p>НОД по физическому развитию в подготовительной группе № 6</p> <p>Работа с документами, картотека, паспорта здоровья, планы.</p> <p>Подбор материала к сценариям проведения физкультурных праздников ,</p>

		досугов.
Четверг а с п и с а н и е у т р е н н е й г и м	8.00 – 8.10	Проветривание, подготовка к утренней зарядке.
	8.10 – 8.30	Утренняя зарядка.
	8.30 – 9.00	Подготовка к индивидуальной работе с детьми
	9.00 – 9.20	НОД по физическому развитию средняя группа № 7
	9.25– 10.40	НОД по физическому развитию младшая группа № 10
	10.45 – 11.05	НОД по физическому развитию средняя группа № 2
	11.10 – 11.35	НОД по физическому развитию старшая группа № 8
	11.40 – 12.10	НОД по физическому развитию подготовительная группа № 6
	12.20 – 13.00	Работа с документацией, подготовка к занятиям следующей недели по тематическому плану
13.00-14.00	Беседы, консультации, мастер – классы для педагогов.	
Пятница с т и к и С р е д н я я г р у п	8.00 – 8.10	Проветривание, подготовка к утренней зарядке.
	8.10 – 8.30	Утренняя зарядка.
	8.30 – 9.00	Подготовка к НОД
	9.00 – 9.20	НОД по физическому развитию в средней группе №12
	9.20 – 9.25	Проветривание спорт. зала, подготовка к НОД (конспект, инвентарь к подвижным играм)
	9.25 – 9.45	НОД по физическому развитию в средней группе № 4
	9.50 – 10.15	НОД по физическому развитию в старшей группе № 1
	10.15 – 10.20	Проветривание спорт. Зала
	10.20 – 10.45	НОД по физическому развитию в старшей группе № 13
	10.50 – 11.20	Индивидуальная работа с детьми НОД по физическому развитию в подготовительной группе № 6
11.25 – 13.00	Работа с документацией, подготовка к занятиям следующей недели по тематическому плану	
13.00-14.00	Консультация для воспитателей	

Расписание физкультурных занятий (НОД)

Дни недели	Время	Возрастная группа
понедельник	9.00 – 9.20	средняя группа № 2
четверг	10.45-10.05	
вторник	9.00 – 9.20	средняя группа № 4
пятница	9.25 - 9.45	
Понедельник среда	9.50 – 10.10 9.00 - 9.20	средняя группа № 5
Вторник четверг	9.45 – 10.05 9.00 – 9.20	
среда пятница	9.25 – 9.45 9.00 – 9.20	средняя группа № 12

Учебный план

Возрастная группа	Продолжительность занятия	Количество занятий в неделю	Количество занятий в год
Средняя группа	Не более 20 минут	2	72

Оценка здоровья детей (4-5лет)

Группа, Возраст	Группа здоровья					Диагноз			
	ЧБ Д	1	2	3	Другая	Лор- патология	Заболевание ОДА	Аллер- гия	Дру- гое
Средняя		18	29	6				4	

Раздел 2

Проектирование образовательного процесса

2.1 Тематическое планирование образовательной деятельности в МОУ д.с №386

Неделя	Тема	Возможные тематические дни
Сентябрь		
1	Наш детский сад	- 1 сентября - День знаний.
2	Осень	- 9 сентября - международный день красоты. -13 сентября День озера Байкал. -13 сентября - День парикмахера.
3	Золотая осень	- 19 сентября - день рождения «Смайлика».
4	Мир вокруг нас	- 27 сентября - День воспитателя и всех дошкольных работников. -29 сентября -Международный день моря.
Октябрь		
1	Дом, в котором мы живём	- 1 октября - Международный день пожилых людей. - 1 октября - Международный день музыки. -4 октября Всемирный день

		улыбки. - 4 октября -Всемирный день животных. - 5 октября - День учителя в России.
2	Дом, в котором мы живём	- 11 октября -Международный день девочек. - 14 октября - Покров Пресвятой Богородицы.
3	Мир предметов и техники	-20 октября -Международный день повара.
4	Труд взрослых. Профессии	-28 октября -Международный день анимации.
Ноябрь		
1	Поздняя осень	-7 ноября - Всемирный день мужчин (день Отца).
2	Семья и семейные традиции	-12 ноября - Синичкин день.
3	Наши друзья-животные	- 20 ноября -Всемирный день детей. -21 ноября -Всемирный день приветствий.
4	Я и моё тело (что я знаю о себе?)	- 29 ноября - День матери в России.
Декабрь		
1	Будь осторожен!!! (неделя безопасности)	-7 декабря - Международный день гражданской авиации.
2	Зимушка-зима	-9 декабря - День Героев Отечества. - 10 декабря - День прав человека. -14 декабря День Наума Грамотника.
3	Новый год	- 15 декабря – Международный день чая.
4	Зимние чудеса	-27 декабря - День спасателя Российской Федерации. -28 декабря - Международный день кино.
Январь		
2	Играй-отдыхай! (неделя игры)	- 11 января - Международный день спасибо. -13 января Васильев вечер, Щедрый вечер (Меланка). -14 января - Старый Новый Год.
3	«Юные волшебники»	-18 января – Всемирный день снега. - 19 января - Крещение Господне (Богоявление). -21 января – Международный день объятий.
4	«Почемучки»	-25 января - Татьянин день и День Студентов.

Февраль		
1	Уроки вежливости и этикета	-2 февраля - День воинской славы России. День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве 1943 г. (Битва под Сталинградом).
2	Зимние забавы, зимние виды спорта	-10 февраля День Домового. - 14 февраля - День Святого Валентина (День всех влюбленных).
3	Защитники Отечества	- 15 февраля – Сретение Господне. -21 февраля - Международный день родного языка. -23 февраля - День Защитника Отечества.
4	Искусство и культура	-27 февраля – Международный день полярного медведя.
Март		
1	8 марта (о любимых мамах и бабушках)	-1 марта – День кошек в России. -3 марта Всемирный день дикой природы. - 4 марта 2019г. МАСЛЕНИЦА.
2	Мальчики и девочки	- 14 марта – Международный день рек.
3	Весна пришла!	- 20 марта - День весеннего равноденствия и Международный день счастья. - 21 марта - Международный день леса и День Земли. - 22 марта Праздник Жаворонки (Сороки) и Всемирный день воды.
4	Удивительный и волшебный мир книг!	-27 марта - Всемирный день театра. -30 марта День защиты Земли.
Апрель		
1	Растём здоровыми, активными, жизнерадостными (неделя здоровья)	-1 апреля - День Смеха и Международный день птиц. -2 апреля- Международный день детской книги. -7 апреля - Всемирный день здоровья.
2	Растём здоровыми, активными, жизнерадостными (неделя здоровья)	-12 апреля - всемирный День авиации и космонавтики.
3	Пернатые соседи и друзья	
4	Дорожная азбука (ПДД)	-29 апреля - Международный день танца. -30 апреля День пожарной охраны.
Май		
1	9 мая-День Победы	-3 мая День солнца.
2	Экологическая тропа (мир растений)	
3	Водоёмы и их обитатели	- 15 мая - Международный день

		семьи. -18 мая - Международный день музеев.
4	Путешествие в страну загадок	-27 мая-День библиотек. -28 мая - День пограничника.

2.2 Комплексно – тематическое планирование организованной образовательной деятельности в средней группе

Сентябрь

Тема Тип занятия	Основной вид движения	Закрепление основного вида движения	Совершенствование движения	Подвижные игры	Виды ходьбы и бега.	Перестроения . ОРУ
Контрольный - проверочные	Прыжки в длину с места Прыжки вверх с места	Прыжки на двух ногах с продвижением	Преодоление дорожки препятствий	«У медведя во бору»	Ходьба змейкой. Бег обычный по кругу, на носках; с изменением темпа	В шеренгу, в колонну, в змейку. С малым мячом.
Контрольный - проверочные	Метание мешочка (80 и 100гр)	Прыжки через предметы (высота 10см)	Перешагивание через предметы на мостике	«Совушка»	Ходьба змейкой, имитационная; по кругу взявшись за руки	В шеренгу, в колонну, в змейку. С малым мячом.
Контрольный - проверочные	Бег 30м на скорость	Метание малых мячей в даль	Прыжки на двух ногах с продвижением	«Кто быстрее?»	Ходьба змейкой, Бег обычный по кругу, (останавливаться по сигналу)	В колонну, в две колонны, в круг. С гимнастическими палками.
Игровое	Ходьба между линиями (расстояние 10-15см)	Перешагивание через предметы на мостике	Метание малых мячей в даль	«Попади в цель» «Сбей кеглю» «Карусель»	Ходьба змейкой), имитационная; по кругу взявшись за руки	В колонну, в две колонны, в круг. С гимнастическими палками.

Октябрь

Тема Тип занятия	Основной вид движения	Закрепление основного вида движения	Совершенствование движения	Подвижные игры	Виды ходьбы и бега	Перестроения . ОРУ
Традиционное (обучающее)	Катание обруча по прямой. Отбивание мяча о пол и ловля двумя руками.	Прыжки на двух ногах с продвижением	Преодоление дорожки препятствий	«У медведя во бору»	Ходьба обычная, Бег обычный по кругу, (останавливаться по сигналу)	В шеренгу, в колонну, в змейку. С малым мячом.
«Прогулка	Прыжки на	Катание	Ходьба по		Ходьба	В колонну, в

по лесу» (сюжетное)	двух ногах с продвижением	обруча по прямой. Отбивание мяча о пол и ловля двумя руками.	веревке прямо и боком.	«Совушка»	змейкой, имитационная; по кругу взявшись за руки	две колонны, в круг. С ленточками.
Традиционное (смешанное)	Бросание мяча в даль двумя руками из-за головы, от груди.	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием кубика.	Прыжки на двух ногах с продвижением	«Кто быстрее?»	Ходьба змейкой, с выполнением заданий.	В шеренгу, в колонну, в змейку. С малым мячом.
Игровое	Ходьба между линиями (расстояние 10-15см)	Перешагивание через предметы на мостике	Бросание мяча в даль двумя руками из-за головы, от груди.	«Попади в цель» «Сбей кеглю» «Карусель»	Ходьба змейкой», имитационная; по кругу взявшись за руки	В колонну, в две колонны, в круг. С ленточками.

Ноябрь

Тема Тип занятия	Основной вид движения	Закрепление основного вида движения	Совершенствование движения	Подвижные игры	Виды ходьбы	Перестроения. ОРУ
Традиционное (обучающее)	Отбивание мяча о пол и ловля двумя руками.	Ходьба между линиями (расстояние 10-15см)	Ползание на четвереньках по прямой	«Лягушка и цапля»	Ходьба и бег обычная, с высоким подниманием бедра.	В колонну, в две колонны, в круг. С обручем
«Зоопарк» (сюжетное)	Подскоки на месте с поворотом направо, налево	Бросание мяча через сетку.	Ходьба между линиями, по скамейке с перешагиванием предмета.	«Найди где спрятано»	Ходьба с приседанием. Бег обычный по кругу, на носках; с изменением темпа	В колонну, в две колонны, парами, в круг. Повороты направо, налево. С обручем
Традиционное (смешанное)	Лазание по гимнастической лестнице.	Подскоки на месте с поворотом направо, налево	Бросание мяча через сетку. Бросание мяча в кольцо	«Не попадись!»	Ходьба обычная, левым и правым боком. Бег легкий, в рассыпную.	В шеренгу, парами, в два круга. С платочками
Игровое	Ходьба по наклонной доске.	Ползание на животе по полу.	Подскоки на месте с поворотом направо, налево	«Найди где спрятано» «Лягушка и цапля»	Ходьба змейкой», имитационная; по кругу взявшись за руки	В шеренгу, парами, в два круга. С платочками

Декабрь

Тема Тип занятия	Основной вид движения	Закрепление основного вида движения	Совершенствование движения	Подвижные игры	Виды ходьбы и бега	Перестроения ОРУ
Традиционное (обучающее)	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками	Ходьба по шнуру, по «следам»	Лазание по гимнастической лестнице.	«Не задень шнурок» прыжки	Ходьба в полуприседе. Бег спиной вперед, парами в колонне	В колонну по два в движении. В шеренгу. С султанчиками.
«Циркачи» (сюжетное)	Подскоки на месте ноги вместе ноги врозь	Бросание мяча из-за головы через сетку.	Ходьба по шнуру, по «следам»	«Мыши в кладовой»	Ходьба «тараканчики». Бег боковой галоп вправо влево.	В колонну по два в движении. В шеренгу. С султанчиками.
Традиционное (смешанное)	Ползание по скамейке на животе, прокатывая мяча головой.	Подскоки на месте ноги вместе ноги врозь	Прокатывание мяча между предметами.	«Цветные автомобили»	Ходьба «паучки». Бег прямой галоп.	В круг, змейкой. Повороты направо, налево. С кеглями.
Игровое	Ходьба по наклонной доске	Ползание по скамейке на животе.	Подскоки на месте ноги вместе ноги врозь	«Подбрось повыше»	Ходьба на пятках на носках. Бег прямой галоп	В круг, змейкой. С кеглями.

Январь

Тема Тип занятия	Основной вид движения	Закрепление основного вида движения	Совершенствование движения	Подвижные игры	Виды ходьбы и бега.	Перестроения ОРУ
Традиционное (обучающее)	Отбивание мяча правой и левой рукой.	Ползание по наклонной доске вверх вниз на четвереньках.	Ползание по скамейке на четвереньках	«Не отдам!» прыжки	Ходьба мелким и широким шагом. Бег по заданию, спиной вперед.	В колонну по два в движении. В шеренгу. С обручами.
«Путешествие с колобком» (сюжетное)	Прыжки через гимнастическую палку на двух ногах	Бросание мяча друг другу снизу двумя руками (1 – 1,5м)	Ходьба по ребристой доске.	«Лови бросай – упасть не давай»	Ходьба на внешней стороне стоп	В круг, змейкой. С гимнастической палкой. Повороты направо, налево.. 13

Традиционное (смешанное)	Подлезание под веревку прямо и боком.	Прыжки через гимнастическую палку на двух ногах	Отбивание мяча правой и левой рукой.	«Лови бросай – упасть не давай»	Ходьба обычная, Бег мелким и широким шагом	В колонну по два в движении. В шеренгу. С обручами.
Игровое	Перешагивание через палку на высоте 20-25см (5-браз)	Перелезание через препятствие	Прыжки через гимнастическую палку на двух ногах	«Успей спрятать» (бег)	Ходьба в чередовании с бегом	В круг, змейкой. Повороты направо, налево. С гимнастической палкой.

Февраль

Тема Тип занятия	Основной вид движения	Закрепление основного вида движения	Совершенствование движения	Подвижные игры	Виды ходьбы и бега.	Перестроения ОРУ
Традиционное (обучающее)	Перебрасывание мяча сверху двумя руками через шнур	Перешагивание через палку на высоте 20-25см (5-браз)	Перелезание через препятствие	«Найди себе пару!» бег	Ходьба по два (парами) Бег, прыжки вперед с продвижением.	В колонну, в две колонны, парами, в круг. С косичкой
«Мы-строители» (сюжетное)	Перепрыгивание через 2-3 предмета (5-10см высотой)	Перебрасывание мяча сверху двумя руками через шнур	Перешагивание через палку на высоте 20-25см (5-браз)	«Принеси кирпичик и» (ползание)	Ходьба приставным шагом Бег с изменением темпа	В шеренгу, парами, в два круга. Повороты направо, налево. С платочками
Традиционное (смешанное)	Подлезание под препятствие (высота 50см) правым левым боком	Перепрыгивание через 2-3 предмета (5-10см высотой)	Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками.	«Мыши» (бег) «Брось догони» (метание)	Ходьба по два (парами) Бег мелким и широким шагом	В колонну, в две колонны, парами, в круг. Повороты направо, налево. С косичкой.
Игровое	Ходьба по скамейке ставя ногу с носка, руки в стороны	Подлезание под препятствие (высота 50см) правым левым боком	Перепрыгивание через 2-3 предмета (5-10см высотой)	«Брось догони» (метание) «Мыши» (бег)	Ходьба в чередовании с бегом	В шеренгу, парами, в два круга. С платочками

Март

Тема Тип занятия	Основной вид движения	Закрепление основного вида движения	Совершенствование движения	Подвижные игры	Виды ходьбы и бег.	Перестроения ОРУ
Традиционное (обучающее)	Прокатывание обруча между предметами.	Ходьба по скамейке боком, по веревке прямо.	Подлезание под препятствие (высота 50см) правым левым боком	«Зайцы» (прыжки)	Ходьба и бег змейкой между предметами	В колонну по три в движении. В шеренгу. С большим мячом
«Волшебный мяч» (сюжетное)	Прыжки с высоты (20-25см)	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой	Ходьба по скамейке боком, по веревке прямо.	«Кто в домике живет?»	Ходьба и бег с выполнением заданий	В круг, змейкой. С гимнастической палкой.
Традиционное (смешанное)	Ползание на четвереньках опираясь на стопы и колени	Прыжки в длину с места	Бросание и ловля мяча снизу в парах.	«Бездомный заяц» (бег)	Ходьба и бег змейкой между предметами	В колонну по три в движении. В шеренгу. С большим мячом
Игровое	Медленное кружение в обе стороны	Ползание на четвереньках опираясь на стопы и колени	Прыжки с высоты (20-25см)	«Бездомный заяц» (бег)	Ходьба в чередовании с бегом	В круг, змейкой. С гимнастической палкой.

Апрель

Тема Тип занятия	Основной вид движения	Закрепление основного вида движения	Совершенствование движения	Подвижные игры	Виды ходьбы и бега.	Перестроения ОРУ
Традиционное (обучающее)	Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой	Медленное кружение в обе стороны	Ползание на четвереньках опираясь на стопы и колени	«Поезд»	Ходьба с изменением темпа. Бег боковой галоп.	В колонну по три в движении. В шеренгу. С малым мячом
«Путешествие по сказке теремок» (сюжетное)	Прыжки вверх с места с касанием предмета рукой	Бросание мяча из-за головы в парах.	Ходьба по канату прямо и боком приставным шагом.	«Сделай фигуру»	Ходьба. Бег в чередовании с прыжками	В колонну по три в движении. В шеренгу. С малым мячом
Традиционное (смешанное)	Ползание по наклонной доске на четвереньках	Прыжки через веревку боком с продвижением.	Бросание мяча из-за головы в парах	«Платочек» (бег)	Ходьба по заданию. Бег змейкой между предметами	В шеренгу, парами, в два круга. Повороты направо, налево. С платочками

Игровое	Ходьба по скамейке с перешагиванием предметов	Ползание по наклонной доске на четвереньках	Прыжки вверх с места с касанием предмета рукой	«Попади в цель» (метание)	Ходьба на пяточках на носках. Бег с выполнением заданий	В шеренгу, парами, в два круга. Повороты направо, налево. С платочками
---------	---	---	--	---------------------------	---	--

Май

Тема Тип занятия	Основной вид движения	Закрепление основного вида движения	Совершенствован ие движения	Подвижные игры	Виды ходьбы и бега	Перестроени я ОРУ
Контрольно - проверочно е	Бег 30м на скорость	Метание в вертикальную цель правой и левой рукой	Прыжки с продвижением вперед на двух ногах	«Стань первым»	Ходьба и бег со сменой направляющего	В колонну, в шеренгу. С обручем.
Контрольно - проверочно е	Прыжки в длину с места		Метание в вертикальную цель правой и левой рукой	«Какое время года?»	Ходьба и бег с выполнением заданий	В колонну, в шеренгу. С малым мячом.
Контрольно - проверочно е	Метание мешочков весом 80 и 100гр			«Мышеловка » (бег)	Ходьба и бег с изменением темпа	В колонну, в шеренгу. С гантелями
Игровое	Ходьба по кирпичика м	Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками	Прыжки в длину с места	«Сбей кегли» (метание)	Ходьба и бег на пяточках на носках	В колонну, в шеренгу. С гантелями.

2.3 Формы организации образовательного процесса:

Организация двигательной активности в режиме дня

Формы организации	Средняя Группа
Утренняя гимнастика	6-8 минут
Физкультурные минуты на каждом занятии	2-3 мин.
Игры и упражнения между занятиями	2-3 мин.
Подвижные игры на прогулке	10-15 мин.
Физкультурные занятия	20 мин.

Самостоятельная двигательная деятельность	20-30 мин
Бодрящие, коррегирующие, тактильные гимнастики после сна	5-10 мин.
Спортивные развлечения	1 раз/мес. (20 мин.)
Спортивные праздники	2 раза/год (35 мин.)
День здоровья	1 раз в месяц
Неделя здоровья	1 раз в год
Всего в неделю	6 час. 55 мин.

Формы организации образовательного процесса			
НОД (непрерывная образовательная деятельность)	Образовательная деятельность, реализуемая в ходе режимных моментов	Самостоятельная деятельность	Взаимодействие с семьей
<p>Двигательная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> -сюжетно-игровые -тематические - тематические комплексы -сюжетные - с предметами - подражательный комплекс Физ.минутки Динамические паузы 	<p>Утренний отрезок времени</p> <p>Индивидуальная работа воспитателя.</p> <p>Игровые упражнения.</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - классическая - сюжетно-ролевая - тематическая <p>Подражательные движения.</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности.</p> <p>Игровые упражнения.</p> <p>Проблемная ситуация.</p>	<p>Игра</p> <p>Игровые упражнения с мячом, скакалкой, обручем и др.</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>Беседа.</p> <p>Рекомендации по организации физкультурного уголка в домашних условиях, двигательному режиму дома и т.п.</p> <p>Совместные игры.</p> <p>Физкультурный досуг.</p> <p>Физкультурные праздники.</p> <p>Совместные занятия.</p> <p>Открытые просмотры.</p>

	<p>Индивидуальная работа.</p> <p>Двигательная деятельность детей на участке детского сада.</p> <p>Подражательные движения.</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коррекционная - оздоровительная 		
	<p>-сюжетно-игровая</p> <p>Физкультурные упражнения.</p> <p>Коррекционные упражнения.</p> <p>Индивидуальная работа.</p> <p>Подражательные движения.</p> <p>Физкультурный досуг.</p> <p>Физкультурные праздники.</p> <p>Дни здоровья .</p>		

Методы и средства физического воспитания:

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

1. *Наглядные методы*, к которым относятся:
 - имитация (подражание);
 - демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;
 - использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);
 - использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.
2. К *словесным методам* относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.
3. К *практическим методам* можно отнести выполнение движений (совместно – распределенное, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Наряду с методами значительное внимание отводится средствам физического воспитания.

Средства физического развития и оздоровления детей:

Гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм; *Естественные силы природы* (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм

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

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

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

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей.

2.4 Взаимодействие с родителями

Месяц	Работа с родителями
сентябрь	Посещение родительских собраний с целью ознакомления родителей с планом работы по физическому воспитанию. Беседа «Спортивная одежда и обувь для занятий физической культурой»
октябрь	Физкультурный праздник «Путешествие в лес»
ноябрь	Рекомендации по организации физкультурного уголка в домашних условиях, двигательному режиму дома и т.п.
декабрь	Консультация «Организация двигательного режима детей на прогулках зимой»
январь	Консультация «Веселая физкультура в семье»
февраль	Совместные развлечения, посвященные Дню Защитника Отечества
март	Посещение родительских собраний с целью ознакомления использования здоровьесберегающих технологий на физкультурных занятиях.
апрель	Консультация «Влияние физкультминуток на здоровье детей» Физкультурный досуг «День здоровья»
май	Индивидуальные консультации и рекомендации для родителей. Открытый показ двигательной деятельности для родителей.

Раздел 3

Информационно-методическое обеспечение программы

3.1 Развивающая предметно - пространственная среда физкультурного зала

Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала в нашем детском саду содержательно насыщенная, трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная.

Пространство оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем.

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) обеспечивает:

- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- возможность самовыражения детей.

Трансформируемость пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей;

Доступность среды предполагает:

- доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность, в том числе и физкультурного зала, и спортивного участка;
- свободный доступ детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
- исправность и сохранность материалов и оборудования.

Безопасность предметно-пространственной среды физкультурного зала предполагает

соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

Физкультурно-оздоровительная или спортивно-оздоровительная предметная среда помогает содействовать решению как специфических задач развития двигательной активности, моторики детей, так и задач их гармоничного развития.

Использование разнообразных физкультурных и спортивно-игровых пособий повышает интерес детей к выполнению различных движений, ведет к увеличению интенсивности двигательной активности, что благотворно влияет на физическое, умственное развитие и на состояние здоровья ребенка.

В спортивном зале имеются

- степы (18 шт.)
- батут
- роликовые тренажеры
- диски здоровья

Для занятий на полу имеются специальные коврики (20 шт.), а также имеются: цветные флажки, султанчики, ленты разноцветные, кегли, кубики (деревянные или пластмассовые), мячи (большие и маленькие), обручи (большие и маленькие) скакалки, гимнастические палки, массажные коврики, детские модули.

Для занятий на улице имеется уникальный спортивный комплекс. Комплекс оснащен разными спортивными тренажерами, которые соединены между собой и позволяют детям развивать и тренировать все группы мышц.

3.2 Литература:

1. Адашквичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М.: «Просвещение», 1992.
- Бочарова Н.И. Физическая культура дошкольника в ДОУ. Программно-методическое пособие. М.: Центр педагогического образования, 2007.
- Вавилова Е.Н. Развитие основных движений детей 3–7 лет. Система работы. М.: Скрипторий 2003, 2007.
1. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. М.: Владос, 1999.
2. Глазырина Л.Д. Физическая культура в младшей группе детского сада. М.: Владос, 1999.
3. Глазырина Л.Д. Физическая культура в средней группе детского сада. М.: Владос, 1999.
4. Глазырина Л.Д. Физическая культура в старшей группе детского сада. М.: Владос, 1999.
5. Железняк Н.Ч., Желобкович Е.Ф. 100 комплексов ОРУ для старших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования. М.: Скрипторий 2003, 2009.
6. Зацепина М.Б. Организация культурно-досуговой деятельности дошкольников. М.: Педагогическое общество России, 2004.
7. Здоровьесберегающее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5–6 лет: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. М.: ВЛАДОС, 2001.
8. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе. Авт.- сост. И.В. Чупаха, Е.З. Пужаева, И.Ю. Соколова. М.: Илекса, Народное образование, 2003.
9. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Методическое пособие. М.: «ТЦ Сфера», 2007.
10. Картушина, М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 4–5 лет. М.: ТЦ Сфера, 2004.
11. Картушина, М.Ю. Логоритмика для малышей. Сценарии занятий с детьми 3–4 лет. М.: ТЦ Сфера, 2004.
12. Картушина, М.Ю. Сюжетные физкультурные занятия для детей средней группы. М.: Скрипторий 2003, 2011.
13. Кириллова Ю.А. Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей младшей логопедической группы (ОНР). СПб: [Детство-Пресс](#), 2006.
14. Кириллова Ю.А. Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей средней логопедической группы (ОНР). СПб: [Детство-Пресс](#), 2005.
15. Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Самодурова М.М. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях. М.: Академия, 2002.
16. Кочеткова Л.В. Оздоровление детей в условиях детского сада. М.: Сфера, 2007.
17. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ. В.: Учитель, 2007.

18. Литвинова О.М. Спортивные упражнения и игры в детском саду. Р н/Д.: Феникс, 2010.
19. Лосева В.С. Плоскостопие у детей 6-7 лет. Профилактика и лечение. М.: Сфера, 2004.

Раздел 4

Планируемые результаты освоения образовательной программы дошкольного образования

в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость;

в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.

проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений;

имеет представления о некоторых видах спорта уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений;

проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру;

- мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.
- умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения,
- готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

саду содержательно насыщенная, трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная.

Пространство оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем.

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) обеспечивает:

- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- возможность самовыражения детей.

Трансформируемость пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей;

Доступность среды предполагает:

- доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность, в том числе и физкультурного зала, и спортивного участка;
- свободный доступ детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
- исправность и сохранность материалов и оборудования.

Безопасность предметно-пространственной среды физкультурного зала предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

Физкультурно-оздоровительная или спортивно-оздоровительная предметная среда помогает содействовать решению как специфических задач развития двигательной активности, моторики детей, так и задач их гармоничного развития.

Использование разнообразных физкультурных и спортивно-игровых пособий повышает интерес детей к выполнению различных движений, ведет к увеличению интенсивности двигательной активности, что благотворно влияет на физическое, умственное развитие и на состояние здоровья ребенка.

В спортивном зале имеются

- степы (18 шт.)
- батут
- роликовые тренажеры
- диски здоровья

Для занятий на полу имеются специальные коврики (20 шт.), а также имеются: цветные флажки, султанчики, ленты разноцветные, кегли, кубики (деревянные или пластмассовые), мячи (большие и маленькие), обручи (большие и маленькие) скакалки, гимнастические палки, массажные коврики, детские модули.

Для занятий на улице имеется уникальный спортивный комплекс. Комплекс оснащен разными спортивными тренажерами, которые соединены между собой и позволяют детям развивать и тренировать все группы мышц.

3.3 Литература:

20. Адашквичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М.: «Просвещение», 1992.
21. Бочарова Н.И. Физическая культура дошкольника в ДОУ. Программно-методическое

пособие. М.: Центр педагогического образования, 2007.

Вавилова Е.Н. Развитие основных движений детей 3–7 лет. Система работы. М.: Скрипторий 2003, 2007.

22. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. М.: Владос, 1999.

23. Глазырина Л.Д. Физическая культура в младшей группе детского сада. М.: Владос, 1999.

24. Глазырина Л.Д. Физическая культура в средней группе детского сада. М.: Владос, 1999.

25. Глазырина Л.Д. Физическая культура в старшей группе детского сада. М.: Владос, 1999.

26. Железняк Н.Ч., Желобкович Е.Ф. 100 комплексов ОРУ для старших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования. М.: Скрипторий 2003, 2009.

27. Зацепина М.Б. Организация культурно-досуговой деятельности дошкольников. М.: Педагогическое общество России, 2004.

28. Здоровьесберегающее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5–6 лет: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. М.: ВЛАДОС, 2001.

29. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе. Авт.- сост. И.В. Чупаха, Е.З. Пужаева, И.Ю. Соколова. М.: Илекса, Народное образование, 2003.

30. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Методическое пособие. М.: «ТЦ Сфера», 2007.

31. Картушина, М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 4–5 лет. М.: ТЦ Сфера, 2004.

32. Картушина, М.Ю. Логоритмика для малышей. Сценарии занятий с детьми 3-4 лет. М.: ТЦ Сфера, 2004.

33. Картушина, М.Ю. Сюжетные физкультурные занятия для детей средней группы. М.: Скрипторий 2003, 2011.

34. Кириллова Ю.А. Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей младшей логопедической группы (ОНР). СПб: Детство-Пресс, 2006.

35. Кириллова Ю.А. Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей средней логопедической группы (ОНР). СПб: Детство-Пресс, 2005.

36. Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Самодурова М.М. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях. М.: Академия, 2002.

37. Кочеткова Л.В. Оздоровление детей в условиях детского сада. М.: Сфера, 2007.

38. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ. В.: Учитель, 2007.

39. Литвинова О.М. Спортивные упражнения и игры в детском саду. Р н/Д.: Феникс, 2010.

40. Лосева В.С. Плоскостопие у детей 6-7 лет. Профилактика и лечение. М.: Сфера, 2004.

Раздел 4

Планируемые результаты освоения образовательной программы дошкольного образования

- в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость;

- в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.

- проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений;

- имеет представления о некоторых видах спорта уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений;

- проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру;

- мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.
- умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения,
- готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).