

ПРИНЯТО
на заседании педагогического совета
Протокол №1 от 14.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий Детским садом
№ 163 ОАО «РЖД»
_____ М.Г. Гамилова

**Рабочая программа
Инструктора по физической культуре
на 2024-2025 учебный год**

Составитель программы:
Хавина Надежда Евгеньевна
инструктор по физической культуре, педагог высшей категории;
Пустовая Екатерина Александровна
инструктор по физической культуре, педагог первой категории

г.Новосибирск
2024

Содержание

	ВВЕДЕНИЕ	2
1.	Целевой раздел	3
1.1	Пояснительная записка.	4
1.1.1.	Цели и задачи Программы	4
1.1.2	Принципы и подходы в организации образовательного процесса	5
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы	6
1.2.1	Характеристика особенностей развития детей дошкольного возраста	6
1.2.2	Целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы.	8
1.3.	Мониторинг индивидуального развития детей.	9
1.3.1	Принципы педагогической диагностики.	10
1.3.2	Процесс диагностирования.	11
2.	Содержательный раздел Программы	12
2.1.	Общие положения.	12
2.2.	Интеграция образовательных областей	14
2.3.	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлением развития ребенка.	15
2.4.	Проектная деятельность	20
2.5.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников - Алгоритм совместной физкультурно-оздоровительной работы дошкольного образовательного учреждения с семьей. - Перспективное планирование работы с родителями.	25 27 28
2.6.	Программа коррекционно-развивающей работы с детьми ограниченными возможностями здоровья.	29
3.	Организационный раздел Программы	37
3.1.	Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка. Организация двигательного режима, Система физкультурно-оздоровительной работы	37 38 39
3.1.1.	Модель взаимодействия воспитателей со специалистами.	41
3.2.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.	44
3.3.	Планирование образовательной деятельности.	44
3.3.1.	Расписание непрерывной образовательной деятельности (НОД) на неделю. - Циклограмма физкультурного занятия - Организация двигательного режима - Циклограмма образовательной деятельности вне НОД на неделю. - Перспективное планирование физкультурных развлечений и досугов	44 45 45 46 47
3.4.	Материально-техническое обеспечение	48
3.5.	Информационно-методическое обеспечение	51

ВВЕДЕНИЕ

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды.

Физическое воспитание является неотъемлемой частью системы учебно-воспитательной работы в нашем дошкольном учреждении. Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка. Физкультурные праздники, физкультурный досуг, Дни здоровья, центры активности - являются важными компонентами активного отдыха детей. Многообразная деятельность детей, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, проводимыми на свежем воздухе в виде развлечений, способствует физической реакции детей. Расслабления организма после умственной нагрузки, укреплению их здоровья полезными упражнениями и в плане всесторонней физической подготовки, и в плане активного отдыха детей являются спортивные игры и упражнения, в основе которых лежат все основные виды движений, выполняемых в самых разнообразных условиях. Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- «Конституцией РФ», ст. 43, 72. 2
- «Конвенцией о правах ребенка» (1989 г.).
- «Законом об образовании РФ» (Принят 10 июля 1992 года N 3266-1 в ред. От 27.12.2009 № 374-ФЗ);
- «Федеральными государственными требованиями к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования (утв. Приказом Минобрнауки России от 23.11.2009 № 655, Регистрационный № 16299 от 08 февраля 2010 г Министерства юстиции РФ);
- «Федеральными государственными требованиями к условиям реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования (утв. Приказом

Минобрнауки России от 20 июля 2011 г. № 2151, Регистрационный № 22303 от 14 ноября 2011 г. Министерства юстиции РФ)

- «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений. СанПиН 2.4.1.2660 – 10» (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 18.05.2010, № 58);

- «Типовым положением о дошкольном образовательном учреждении» (утв. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2011 г. № 2562).

ЧДОУ осуществляет свою образовательную, правовую, хозяйственную деятельность на основе законодательных нормативных документов:

- Устава ЧДОУ № 2166р от 02.09.2015 г.

- Лицензии на право осуществления образовательной деятельности № 9267 от 16.11.2015.

Инструктору по физической культуре следует целенаправленно организовывать образовательный процесс так, чтобы от детей требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности. Такой подход не только стимулирует физическое развитие, но и способствует более успешному решению остальных образовательных задач.

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Цели и задачи основной общеобразовательной программы.

Цель программы: Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

Реализация данной цели связана с решением следующих задач:

- развитие физических качеств — скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- накопление и обогащение двигательного опыта детей — овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);

- формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Программа направлена на:

- реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

1.1.2. Принципы и подходы организации образовательного процесса:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (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 (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество Организации 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.

Для успешной реализации программы используются следующие методы обучения:

Словесный: объяснения, в форме образных выражений и сравнений, рассказ, беседы, команды, распоряжения и указания.

Наглядный: показ изучаемого движения в виде, с разделением на части, анализ его с помощью наглядных пособий, картинок, плакатов, жестов.

Практический, который можно разбить на:

- метод упражнения;
- метод изучения упражнения в целом;
- метод изучения упражнения по частям;
- соревновательный метод;
- контрольный метод.

Эти методы предусматривают многократное повторение движений с начала по элементам, а затем полностью; обучение в облегченных или усложненных условиях, изучение движений в игровой и соревновательной деятельности, выполнение контрастных движений.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

Планируемые результаты освоения Программы детьми, указанные в ФГОС ДО конкретизируются планируемыми результатами примерной и парциальных программ.

Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни

Общие показатели физического развития.

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.

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

1.2.1. Характеристика особенностей развития детей дошкольного возраста.

Первая младшая группа:

- Укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и двигательного опыта детей;

- Овладение и обогащение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Вторая младшая группа:

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

Средняя группа:

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

Старшая группа:

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

Подготовительная группа:

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

1.2.2. Целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы.

Целевые ориентиры используются педагогами для:

- построения образовательной политики на соответствующих уровнях с учётом целей дошкольного образования, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации;
- решения задач: формирования Программы, анализа профессиональной деятельности, взаимодействия с семьями;
- изучения характеристик образования детей 3 - 7;

Группа раннего возраста:

Укрепление физического и психического здоровья детей;

Воспитание культурно-гигиенических навыков;

Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;

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

Накопление и двигательного опыта детей;

Овладение и обогащение основными видами движения;

Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Младшая группа:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

Воспитание культурно-гигиенических навыков;

Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;

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

Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Средняя группа:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

Воспитание культурно-гигиенических навыков;

Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;

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

Накопление и обогащение двигательного опыта детей;

Овладение основными видами движения;

Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Старшая группа:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

Воспитание культурно-гигиенических навыков;

Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;

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

Накопление и обогащение двигательного опыта детей;

Овладение основными видами движения;

Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Подготовительная группа:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

Воспитание культурно-гигиенических навыков;

Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;

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

Накопление и обогащение двигательного опыта детей;

Овладение основными видами движения;

Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

1.3. Мониторинг индивидуального развития детей.

Мониторинг проводится в соответствии с разработанным положением «О мониторинге индивидуального развития ребенка». Мониторинг предусматривает сбор,

системный учет, обработку и анализ информации об индивидуальном развитии ребенка для эффективного решения задач по индивидуализации образовательного процесса в частном дошкольном образовательном учреждении детский сад № 163 ОАО «РЖД» и оптимизации. При реализации Программы проводится оценка индивидуального развития детей (ФГОС ДО п.3.2.3.). Такая оценка производится педагогическими работниками в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- Индивидуализация образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или коррекции особенностей его развития);
- Оптимизации работы с группой.

Основная цель педагогической диагностики - познание и понимание педагогом ребенка дошкольного возраста, с целью создания условий воспитания и обучения максимально приближенными к реализации детских потребностей, интересов, способностей, способствующих поддержке и развитию детской индивидуальности. Для реализации данной цели педагог использует преимущественно малоформализованные диагностические методы:

- наблюдение проявлений ребенка в деятельности и общении с другими субъектами педагогического процесса;
- свободные беседы с детьми.

В качестве дополнительных методов используются:

- анализ продуктов детской деятельности;
- специальные диагностические ситуации.

Педагогическая диагностика достижений ребенка направлена на изучение:

- деятельностных умений ребенка;
- интересов, предпочтений, склонностей ребенка;
- личностных особенностей ребенка;
- поведенческих проявлений ребенка;
- особенностей взаимодействия ребенка со сверстниками;
- особенностей взаимодействия ребенка со взрослыми.

1.3.1 Принципы педагогической диагностики.

Педагогическая диагностика осуществляется с учетом ряда принципов, обусловленных спецификой образовательного процесса детского сада:

Принцип объективности означает стремление к максимальной объективности в процедурах и результатах диагностики, избегание в оформлении диагностических данных субъективных оценочных суждений, предвзятого отношения к диагностируемому.

Реализация принципа предполагает соблюдение ряда правил:

- соответствие диагностических методик возрастным и личностным особенностям диагностируемых;
- фиксация всех проявлений личности ребенка;
- сопоставление полученных данных с данными других педагогов, родителей;
- перепроверка, уточнение полученного фактического материала при проведении диагностики;
- постоянный самоконтроль педагога за своими собственными переживаниями, эмоциями, симпатиями и антипатиями, которые часто субъективируют фиксацию фактов; развитие педагогической рефлексии.

Принцип целостного изучения педагогического процесса предполагает:

Для того чтобы оценить общий уровень развития ребенка, необходимо иметь информацию о различных аспектах его развития: социальном, эмоциональном, интеллектуальном, физическом, художественно-творческом. Различные сферы развития личности связаны между собой и оказывают взаимное влияние друг на друга.

Принцип процессуальности предполагает изучение явления в изменении, развитии.

Правила, детализирующие принцип процессуальности, состоят в том, чтобы:

- не ограничиваться отдельными «срезами состояний», оценками без выявления закономерностей развития;
- учитывать половозрастные и социокультурные особенности индивидуально-личностного становления ребенка.

Принцип компетентности означает принятие педагогом решений только по тем вопросам, по которым он имеет специальную подготовку.

Этот принцип раскрывается:

- в безопасности для испытуемого применяемых методик;
- в доступности для педагога диагностических процедур и методов;
- во взвешенности и корректном использовании диагностических сведений (разумной конфиденциальности результатов диагностики).

Принцип персонализации требует от педагога в диагностической деятельности обнаруживать не только индивидуальные проявления общих закономерностей, но также индивидуальные пути развития, а отклонения от нормы не оценивать, как негативные без анализа динамических тенденций становления.

1.3.2 Процесс диагностирования.

Первый этап – проектировочный. Определение цели диагностики, критерии оценки и методы.

Второй этап – практический. Проведение диагностики. Для этого необходимо определить ответственных, обозначить время и длительность диагностики, а также способы фиксации результатов (запись в блокноте, на диагностических карточках, на магнитофон, видеокамеру и т.д.).

Третий этап – аналитический. Анализ полученных фактов, получение количественных данных. Отклонение полученных результатов от намеченных нормативов не требует стремительного изменения и вмешательства в процесс развития ребенка, а предполагает анализ качества процессов и условий, обеспечивающих эти результаты. Может ли каждый ребенок (или хотя бы большинство детей) достигать описанного в программе высокого уровня (по всему содержанию программы), заданного как идеальный вариант развития? Развитие всегда индивидуально и неравномерно, для педагога важно, прежде всего, замечать и поддерживать ярко проявляющиеся в ребенке хорошие качества, и только потом видеть проблемы развития и помогать их решать.

Четвертый этап – интерпретация данных. Интерпретация воспитателем полученных фактов – основной путь понимания ребенка и прогнозирования перспектив его развития.

Пятый этап – целеобразовательный: он предполагает определение актуальных образовательных задач для каждого ребенка и для группы в целом. Результаты диагностики используются преимущественно для обнаружения сильных сторон ребенка и определения перспектив его развития.

Полученная в результате диагностики информация и сделанные на ее основе выводы помогают педагогу предположить возможные действия ребенка в разных ситуациях и понять, какие достижения ребенка следует всячески поддержать и развивать дальше, в чем именно требуется оказать этому ребенку помощь. Искусство педагога как раз заключается в том, чтобы открыть перед каждым ребенком перспективы его развития, показать ему те сферы, где он может проявить себя, достичь больших успехов, черпать силы из этого источника, чтобы в целом гармония личности становилась полноценной, богатой, неповторимой.

2. Содержательный раздел

2.1. Общие положения.

Реализация Программы обеспечивается на основе вариативных форм, способов, методов и средств, представленных в образовательных программах, методических пособиях, соответствующих принципам и целям Стандарта и выбираемых педагогом с

учетом многообразия конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации Программы, возраста воспитанников, состава групп, особенностей и интересов детей, запросов родителей (законных представителей).

Характеристики значимые для реализации Программы.

Основными участниками реализации программы являются: дети дошкольного возраста, родители (законные представители), педагоги.

Общие сведения о коллективе детей.

В детском саду функционирует 15 групп.

Возрастная категория	Направленность групп	Количество групп	Количество детей
От 2 до 3 лет Группы раннего возраста	Общеразвивающие	3	
От 3 до 4 лет Младшая группа	Общеразвивающие	3	
От 4 до 5 лет Средняя	Общеразвивающие	3	
От 5 до 6 лет Старшие	Общеразвивающие	2	
От 5 до 6 лет Старшие	Коррекционно-логопедическая	1	
От 6 до 7 лет Подготовительные	Общеразвивающие	2	
От 6 до 7 лет Подготовительная	Коррекционно-логопедическая	1	
Всего	15 групп – детей		

Сведения о контингенте родителей.

Учреждение посещают, в основном, дети работников ОАО «РЖД»:

- дети работников ОАО «РЖД» - чел.
- дети работников сторонних организаций – чел.

Социальный статус семей:

- дети из полных семей –
- дети из неполных семей -
- дети из многодетных семей -
- матери-одиночки –
- молодые специалисты -

Этнический состав:

Социальное партнерство.

- Новосибирский государственный педагогический университет,
- Новосибирский педагогический колледж №1 им. А. С. Макаренко,
- Новосибирский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования,
- Дворец культуры железнодорожников,
- Академия развития личности «Кругозор»,
- Библиотека им. А.П.Чехова,
- АНО Центр развития личности «Мир на ладони»,
- Центр истории Новосибирской книги,
- Музей истории Железнодорожного района.

2.2. Интеграция образовательных областей

Физическая культура по своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

<p><i>Социально-коммуникативное развитие.</i></p>	<p>Создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие);</p> <p>Обсуждать пользу закалывания, поощрять речевую активность;</p> <p>Формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.</p> <p>Создать ситуацию, при которой дети (ребенок) переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам;</p> <p>Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр</p> <p>Побуждать детей к самостоятельному решению оказать помощь в раздаче и уборке пособий, для занятий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.,</p> <p>Индивидуальное и совместное изготовление нестандартного физкультурного оборудования, атрибутов для центра активности в групповой комнате, к спортивным соревнованиям, эстафетам.</p>
--	--

<i>Познавательное развитие.</i>	Ростомер в каждой возрастной группе (в двух вариантах – для мальчиков, для девочек) Альбомы о зимних видах спорта, о летних видах спорта, об истории возникновения олимпийских игр; Альбомы о выдающихся спортсменах РФ и спортсменах г. Новосибирска и Новосибирской области; Альбомы о волейбольном клубе «Локомотив», о баскетбольном клубе «Динамо», хоккейном клубе «Сибирь», футбольном клубе «Новосибирск»
<i>Речевое развитие.</i>	Создание спортивного словаря в каждой возрастной группе; Картотека игр с мячом на прогулке; Картотека игр народов мира; Картотека русских народных игр; Картотека считалок, физминуток для занятий и игр.
<i>Художественно-эстетическое развитие.</i>	Подборка музыкальных произведений спортивной направленности, подборка маршевых произведений; Подборка видеозаписей с различных спортивных мероприятий, с участием российских спортсменов; Изготовление гимнастических лет и использование их на занятиях по физкультуре, в центрах активности на праздниках и развлечениях; Альбомы о художественной гимнастике, о синхронном плавании
<i>Физическое развитие.</i>	Картотека упражнений для утренней гимнастики; для закаливания, после дневного сна, для глаз, для пальчикового массажа, для органов дыхания; Спортивные массажеры; Гигиенический уголок (зеркало, одноразовые носовые платки) в каждой возрастной группе; Наличие спортивной формы и обуви для каждого ребенка; Центр активности в каждой возрастной группе, со спортивным инвентарем согласно возрастным особенностям; Конкурс плакатов «Мой спортивный выходной»; Конкурс рисунков «Зарядка».

2.3. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлением развития ребенка.

Взаимодействие взрослых с детьми является важнейшим фактором развития ребенка и пронизывает все направления образовательной деятельности. С помощью взрослого и в самостоятельной деятельности ребенок учится познавать окружающий мир, играть, рисовать, общаться с окружающими.

Младшая группа

Месяц	Задачи
-------	--------

Сентябрь	<ul style="list-style-type: none"> - ходьба прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, - ползание на четвереньках, - энергично отталкиваться в прыжках на 2х ногах, - бросок мяча руками от груди;
Октябрь	<ul style="list-style-type: none"> - бег, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, - катать мяч в заданном направлении, - бросок мяча 2мя руками,
Ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> -сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, -ползание на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на 2х ногах,
Декабрь	<ul style="list-style-type: none"> - бег, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, - сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, - ползание произвольным способом, - катать мяч в заданном направлении,
Январь	<ul style="list-style-type: none"> - бег, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, - сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, - ползание произвольным способом, - катать мяч в заданном направлении,
Февраль	<ul style="list-style-type: none"> -бег, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, -сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, -владеть соответствующими возрасту основными движениями, -самостоятельно выполнять элементарные поручения,
Март	<ul style="list-style-type: none"> -бег, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, -ползание на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, -энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, -прыжки в длину, -катать мяч, -ударять мячом об пол и ловить;
Апрель	<ul style="list-style-type: none"> -ходьба прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, -сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, - бросать мяч и ловить двумя руками, - владеть соответствующими возрасту основными движениями,
Май	<ul style="list-style-type: none"> -бег, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, -ползание на четвереньках, -лазание по лесенке-стремянке, -катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить;

Средняя группа

Месяц	Задачи
Сентябрь	-владеть основными видами движений и выполняет команды «вперёд, назад, вверх, вниз», -построение в колонну по одному и ориентировка в пространстве; -прокатывать мяч в прямом направлении;
Октябрь	-ориентироваться в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; -выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре;
Ноябрь	-соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия. -владеть техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знать значение и выполнять команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре;
Декабрь	-прыжки со скамейки (20см). -прокатывание мячей между набивными мячами. -прыжки со скамейки (25см). -прокатывание мячей между предметами. -ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)
Январь	-передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; -ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; -знать понятие «дистанция» и умеет её соблюдать;
Февраль	-соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; -проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; -считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры
Март	-прыжок в длину с места; -прокатывание мяча по заданию педагога: «далеко, близко, вперёд, назад», -планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы»
Апрель	-правила безопасности во время метания мешочка и знать значение понятий «дальше, ближе», -соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполнять команды «направо, налево, кругом»; -выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз
Май	-лазание по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; -метание предметов разными способами правой и левой рукой; -владеть навыком самостоятельного счёта (до 5) прыжков через скамейку; через скакалку;

Старшая группа

Сентябрь	-ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; -бег в колонне, в рассыпную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в три звена,
Октябрь	-спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.. -переползание через препятствие -метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. -ползание на четвереньках, -подлезание под дугу прямо и боком

Ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> -подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» -подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка -ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях -ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове -перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы
Декабрь	<ul style="list-style-type: none"> -лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз). -метание мешочков вдаль. -ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. -прыжки на двух ногах из обруча в обруч -прыжки со скамейки (20см) на мат -ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке -перешагивание через бруски, справа и слева от него -прокатывание мячей между предметами. -ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)
Январь	<ul style="list-style-type: none"> -ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки -прыжки в длину с места. -метание мяча в вертикальную цель -пролезание в обруч правым и левым
Февраль	<ul style="list-style-type: none"> -ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке -прыжки через бруски правым боком -забрасывание мяча в баскетбольное кольцо -ходьба по гимнастической стенке спиной к ней -ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. -перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. -прыжки через скамейку -лазание по гимнастической стенке
Март	<ul style="list-style-type: none"> -ходьба по ограниченной поверхности боком, с хлопками перед собой -перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола -ползание по скамейке по-медвежьи -прыжки через шнур две ноги в середине одна. -подлезание под дугу -ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой -метание мешочков в цель правой и левой рукой. -пролезание в обручи -прыжок в высоту с разбега
Апрель	<ul style="list-style-type: none"> -ходьба по скамейке спиной вперед -прыжки через скакалку -метание вдаль набивного мяча -ползание по туннелю. -прокатывание обручей друг другу -ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на кругом и передачей мяча перед собой на каждый шаг -прыжки из обруча в обруч.

	-метание в вертикальную цель правой и левой рукой -вис на гимнастической стенке
Май	-ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. -прыжки в длину с разбега). -метание набивного мяча. -ходьба по гимнастической стенке спиной к ней -ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. -лазание по гимнастической стенке -прыжки через бруски. -отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию

Подготовительная группа

Сентябрь	-ходьба и бег в колонне по 1му с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, -ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; - прыжки на 2х ногах из обруча в обруч, -перебрасывание мяча друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.;
Октябрь	-прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.. -ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней -метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. -ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком -лазание по гимнастической стенке -перебрасывание мяча друг другу на ходу
Ноябрь	-построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, -ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; -бег враспынную, с остановкой на сигнал -ведение мяча с продвижением вперед -ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч
Декабрь	-перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. -ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. -ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей -лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет -прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине)
Январь	-ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки -прыжки в длину с места. -метание мяча в вертикальную цель -пролезание в обруч правым и левым боком -метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой) -ходьба по гимн.скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую -ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант)

Февраль	<ul style="list-style-type: none"> -ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. -отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении -прыжки через скамейку -лазание по гимнастической стенке -забрасывание мяча в баскетбольное кольцо -отбивание мяча правой и левой рукой
Март	<ul style="list-style-type: none"> -ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней -метание в цель из разных исходных положений -прыжки из обруча в обруч -подлезание в обруч разными способами -перебрасывание мяча друг другу из-за головы. -ползание на спине по гимнастической скамейке -прыжки на одной ноге через шнур
Апрель	<ul style="list-style-type: none"> -ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы -перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. -лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет -прыжки через длинную скакалку -прыжки в длину с разбега -метание вдаль набивного мяча -прокатывание обручей друг другу. -вис на гимнастической стенке
Май	<ul style="list-style-type: none"> -ходьба, по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол, и ловля двумя руками. -ползание по гимнастической скамейке на животе -перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед -лазание по гимнастической стенке -отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию -перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. -прыжки на одной ноге через скакалку -прыжки в длину с разбега. -метание набивного мяча. -ходьба по гимнастической стенке спиной к ней

2.4. Проектная деятельность (см., приложение)

1. Название проекта «Эти разные мячи»

Описание материала: проект «Эти разные мячи» рассчитан на детей в возрасте от 4 до 7 лет. Имеет педагогическую ценность, и надеюсь, будет интересен коллегам и применен ими в практической деятельности. Предполагается реализация целей и задач проектной деятельности в совместной игровой деятельности и непосредственно образовательной. Кроме того, ценность состоит в совместной деятельности детей, с педагогами и родителями по изготовлению продукта проекта.

Проект по образовательной области физическая культура «Эти разные мячи»

ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОЕКТА

По форме – познавательно-игровой;

По классу – монопроект;

По типу – социальный;

По виду – оздоровительный;

По длительности – долгосрочный.

НАШ ДЕВИЗ: “Мяч помощник нам в игре, ты бери его везде!!!”

ЭМБЛЕМА МЕРОПРИЯТИЯ: ребенок на земном шаре, изображение символизирующее значение мяча и активных форм деятельности на планете Земля.

ОБОСНОВАНИЕ АКТУАЛЬНОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

Мяч – удобная, динамичная игрушка, занимающая особое место в развитии действий руки. Первые игры с мячом бесценны по своей значимости для здоровья, эмоциональной достаточности, физического и интеллектуального развития маленького ребенка. На протяжении всего дошкольного детства игры с мячом усложняются и как бы "растут" вместе с ребенком, составляя огромную радость детства.

Игры с мячом развивают глазомер, координацию, смекалку, способствуют общей двигательной активности. Для ребенка мяч – предмет увлечения с первых лет жизни. Ребенок не просто играет в мяч, а варьирует им: берет, переносит, кладет, бросает, катает и т.п., что развивает его эмоционально и физически. Игры с мячом важны и для развития руки малыша.

Движения пальцев и кистей рук имеют особое значение для развития функций мозга ребенка. И чем они разнообразнее, тем больше "двигательных сигналов" поступает в мозг, тем интенсивнее проходит накопление информации, а следовательно и интеллектуальное развитие ребенка.

Движения рук способствует также развитию речи ребенка. Современные научные данные подтверждают эти положения: области коры головного мозга, "отвечающие" за артикуляцию органов речи и мелкую моторику пальцев рук, расположены в одном иннервационном поле, т.е. непосредственной близости друг от друга. Следовательно, идущие в кору головного мозга нервные импульсы от двигающихся рук стимулируют расположенные по соседству речевые зоны, усиливая их активность. Малыши, знакомясь со свойствами мяча, выполняя разнообразные действия (бросание, катание, бег за мячом и др.), получают нагрузку на все группы мышц (туловища, брюшного пресса, ног, рук, кистей), у них активизируется весь организм. Даже, казалось бы, обычное подкидывание мяча вверх вызывает необходимость выпрямления, что благоприятно влияет на осанку ребенка. Можно сказать, что игры с мячом – специальная комплексная гимнастика: развивается умение схватывать, удерживать, перемещать мяч в процессе ходьбы, бега или в прыжке.

Игры и упражнения с мячом развивают ориентировку в пространстве, регулируют силу и точность броска, развивают глазомер, ловкость, быстроту реакции; нормализуют

эмоционально-волевую сферу, что особенно важно как для малоподвижных, так и для гиперактивных детей. Игры с мячом развивают мышечную силу, усиливают работу важнейших органов организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ.

Можно только удивляться, замечая какое разнообразие впечатлений и действий может давать малышу обычный мяч! Простейшие, на наш взрослый взгляд, действия в действительности оказываются исключительно полезны. Развивают наблюдательность, концентрацию внимания, чувства, движение и даже мышление. И зачастую, малыш самостоятельно подмечает и отыскивает многообразные тайны и сюрпризы. А это как раз и есть столь желанная для родителей самостоятельность и волевая активность.

Однако, хотя данные факты научно доказаны и общеизвестны порой не все родители (лица из заменяющие) о них знают и применяют в деятельности. По данным статистического анализа проведенного по инициативе районного методического объединения инструкторов по физической культуре (протокол № 4 от 23.05.2013 г.) выявлено, что 58 % семей имеют игровое развивающее пособие мяч и используют в совместной деятельности с ребенком. Данный факт способствовал обоснованию выбора темы для проектной деятельности и определил приоритетные цели и задачи.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

Цель проекта – способствовать познавательному развитию ребенка в мире спорта и активных форм деятельности по средствам взаимодействия с мячом индивидуального характера и при сотрудничестве с взрослым (родителем, педагогом).

Основные задачи проекта:

- актуализация роли семьи в физическом воспитании дошкольников, формирование гармоничных отношений между детьми и взрослыми;
- формирование у детей и родителей практических умений при выборе и изготовлении пособий развивающе-оздоровительной направленности и действий с ними;
- пропаганда здорового образа жизни по средствам организации активного досуга с использованием мяча;
- пополнение материальной базы дошкольного учреждения спортивным оборудованием нетрадиционного способа изготовления;
- Постановка проблемы в социуме с поиском возможных вариаций ее решения.

УЧАСТНИКИ ПРОЕКТА.

Участие в проекте принимают:

- дети дошкольного возраста (с 5 до 7 лет),
- педагоги (воспитатели ДОУ),
- сотрудники ДОУ (старшая медсестра, заведующая, старший воспитатель, учитель-логопед, педагог-психолог, музыкальный руководитель),

-родители (законные представители) воспитанников.

2. Название проекта: «Использование подвижных игр в экологическом воспитании»

Образовательная область: физическая культура

Продолжительность проекта: краткосрочный (1 неделя)

Тип проекта: познавательный – оздоровительный

Участники проекта:

- дети всех групп детского сада,
- воспитатели,
- инструктор по физической культуре.

Актуальность: в образовательном процессе совместная деятельность с детьми в современной педагогике рассматривается как основа методов обучения и воспитания детей, направленных на экологическое образование. При этом взаимодействие с природой складывается из общения ребёнка со взрослыми, в ходе которого происходит преобразование деятельности через введение новых видов деятельности, через изменение содержания, методов и средств обучения, при этом педагог выступает инициатором ориентировки на новую экологическую деятельность.

Цель проекта: расширение экологического кругозора дошкольников, формирование у детей чувства сопричастности ко всему живому, гуманное отношение к окружающей среде посредством использования тематических подвижных игр, приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи:

- Приобретение опыта двигательной деятельности, направленной на развитие координации движений, крупной и мелкой моторики рук.
- Формирование представлений о связях в природе, развитие эмоциональной отзывчивости, сопереживания формирование уважительного отношения к окружающему миру, представлений о традициях и праздниках.
- Закреплять умение брать на себя различные роли в соответствии с сюжетом игры
- Развивать сообразительность, умение самостоятельно решать поставленную задачу в подвижной игре.
- Обогащать двигательный опыт детей.
- Организация интегрированных видов образовательной и игровой деятельности.

Этапы реализации проекта:

Подготовительный – сбор информации, работа с методической литературой, составление плана работы над проектом. Вовлечение детей и родителей в процесс решения поставленных задач.

Практический – реализация проекта. Внедрение в образовательный процесс эффективных методов и приемов по расширению знаний дошкольников о подвижных играх. Использование коммуникативной, игровой, познавательной, художественной деятельности. Работа с родителями - составление рекомендаций.

Итоговый – подведение результатов.

Методы реализации проекта:

игровые
практический
наглядные;
словесные.

Формы организации деятельности: Тематические физкультурные занятия с использованием подвижных игр.

Предполагаемый результат:

Расширение кругозора детей о перелетных и зимующих птицах, о Красной книге, о воде, ее обитателях и изменениях в природе

Развитие у детей любознательности, творческих способностей, познавательной активности, коммуникативных навыков.

Приобретение опыта двигательной деятельности, направленной на развитие координации движений, крупной и мелкой моторики.

Овладение навыками здорового образа жизни, формирование основных движений, физических качеств, накапливаемость резерва здоровья.

Появление у детей возможности активного и постоянного участия во всех мероприятиях общеобразовательного процесса.

Название подвижной игры соответствует **Теме дня** в каждой возрастной группе.

Тема	Игры
«Пернатые друзья»	«Наседка и цыплята» «Воробышки и кот» «Воробышки и автомобиль»
«Домашние птицы»	«Цапля и лягушки» «Перелет птиц»
«Отлет птиц»	«Совушка» «Воробы и ястреб»
День воды -	«Солнышко и дождик», «Ручеек», «Караси и щука» «Море волнуется раз».
«По страницам Красной книги»	«Путешествие на воздушном шаре», «Филин и пташки», «Медведь и пчелы»
«Люблю тебя мой край родной»	«Зайка выходи», «Пастушок и стадо», «У медведя во бору», «Птицелов», «Пятнашки», «Горелки» и т.д.

Список литературы:

1. Е.И.Подольская «Необычные физкультурные занятия» Волгоград «Учитель»,2011
2. Е.И.Подольская «Физическое развитие детей 2-7 лет» Волгоград «Учитель»,2013
3. Т.В.Лисицина, Г.Т.Морозова «Подвижные тематические игры» «ТЦ Сфера», 2014
4. В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров «Развивающая педагогика оздоровления» Москва «Линка-Пресс», 2000

2.5. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Одним из важных принципов технологии реализации программы по физической культуре является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения. При этом сам воспитатель, инструктор по физической культуре определяет, какие задачи он сможет более эффективно решить при взаимодействии с семьей, как поддерживать с родителями деловые и личные контакты, вовлекать их в процесс совместного воспитания дошкольников. В младшем дошкольном возрасте большинство детей только приходят в детский сад, и родители знакомятся с педагогами дошкольного учреждения. Поэтому задача любого педагога (воспитателя, логопеда, психолога, инструктора по физической культуре) — заинтересовать родителей возможностями совместного воспитания ребенка, показать родителям их особую роль в развитии малыша. Для этого воспитатель знакомит родителей с особенностями дошкольного учреждения, своеобразием режима дня группы и образовательной программы, специалистами, которые будут работать с их детьми. Вместе с тем в этот период происходит и установление личных и деловых контактов между педагогами детского сада и родителями. В общении с родителями инструктор показывает свою заинтересованность в развитии ребенка, выделяет те яркие положительные черты, которыми обладает каждый малыш, вселяет в родителей уверенность, что они смогут обеспечить его полноценное развитие. В ходе бесед, консультаций, родительских собраний инструктор не только информирует родителей, но и предоставляет им возможность высказать свою точку зрения, поделиться проблемой, обратиться с просьбой. Такая позиция любого педагога способствует развитию его сотрудничества с семьей, помогает родителям почувствовать уверенность в своих педагогических возможностях.

Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников

1. Познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.

2. Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

Инструктор знакомит родителей с факторами укрепления здоровья детей, обращая особое внимание на их значимость в период адаптации ребенка к детскому саду. Особенно важно вызвать у родителей младших дошкольников интерес к вопросам здоровья ребенка, желание укреплять его не только медицинскими средствами, но и с помощью правильной организации режима, питания, совместных с родителями физических упражнений (зарядки, подвижных игр), прогулок. В ходе бесед «Почему ребенок плохо адаптируется в детском саду?», «Как уберечь ребенка от простуды?» инструктор совместно с воспитателем подводит родителей к пониманию того, что основным фактором сохранения здоровья ребенка становится здоровый образ жизни его семьи.

Инструктор стремится активно включать родителей в совместную деятельность с их детьми — подвижные игры, прогулки, в конце года совместные занятия по физическому развитию. Очень важно помочь родителям получать удовольствие от совместных игр, общения со своим ребенком. Таким образом, в ходе организации взаимодействия с родителями младших дошкольников инструктор по физической культуре стремится развивать их интерес к проявлениям своего ребенка, желание познать свои возможности как родителей, включиться в активное сотрудничество с педагогами группы по развитию ребенка.

СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Взаимодействие педагогов с родителями детей пятого года жизни имеет свои особенности.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников

1. Познакомить родителей с особенностями развития ребенка пятого года жизни, приоритетными задачами его физического развития.
2. Включать родителей в игровое общение с ребенком, помочь им построить партнерские отношения с ребенком.
3. Совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности.

В средней группе инструктор по физической культуре совместно с педагогами группы стремится сделать родителей активными участниками жизни детского коллектива. Способствуя развитию доверительных отношений между родителями и детьми, педагоги организуют совместные праздники и досуги: «Мама, папа, я – спортивная семья », «Веселые старты». Важно, чтобы на этих встречах родители присутствовали не просто как

зрители, а совместно с детьми включались в игры, эстафеты. Важно, чтобы во время совместных образовательных ситуаций и после них педагог поддерживал активность родителей, подчеркивал, что ему и детям без участия родителей не обойтись, обращал их внимание на то, как многому научились дети в совместной деятельности с родителями, как они гордятся своими близкими. Таким образом, к концу периода среднего дошкольного детства инструктор вовлекает родителей в педагогический процесс как активных участников, создает в группе коллектив единомышленников, ориентированных на совместную деятельность по развитию физических качеств, двигательных навыков, здоровья детей.

СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

В старшем дошкольном возрасте педагог строит свое взаимодействие на основе укрепления сложившихся деловых и личных контактов с родителями воспитанников.

Задача взаимодействия инструктора с семьями дошкольников

1. Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга (занятия в бассейне, коньки, лыжи, туристические походы), развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЫ

Инструктор по физическому развитию активно вовлекает родителей в совместные с детьми виды деятельности, помогает устанавливать партнерские взаимоотношения, поощряет активность и самостоятельность детей. В процессе организации разных форм детско-родительского взаимодействия инструктор способствует развитию родительской уверенности, радости и удовлетворения от общения со своими детьми.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников

1. Познакомить родителей с особенностями физического и психического развития ребенка, развития самостоятельности, навыков безопасного поведения, умения оказать элементарную помощь в угрожающих здоровью ситуациях.

Инструктор опирается на проявление заинтересованности, инициативности самих родителей, делая их активными участниками спортивных досугов «Крепкие и здоровые», «Зимние забавы», «Мы играем всей семьей» и т.д.

Алгоритм совместной физкультурно-оздоровительной работы дошкольного образовательного учреждения с семьей.

1. Анкетирование родителей, в рамках мониторинга Физического развития и оздоровления детей с целью выявления знаний и умений родителей в области здорового образа жизни, организации питания и двигательной активности детей, выполнения режимных моментов в семье;

2. Совместно с педиатром и медицинскими работниками изучение состояния здоровья детей, анализ заболеваний за предыдущий период времени
3. Создание в дошкольном образовательном учреждении и семье медико-социальных условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости у детей (создание зон различных видов физической активности, использование закаливающих процедур, разнообразных массажей, фито-, витаминно-, водотерапии и т.п.);
4. Проведение целенаправленной работы среди родителей по пропаганде здорового образа жизни, необходимости выполнения общегигиенических требований, рационального режима дня, полноценного сбалансированного питания, закаливания, воздушного и температурного режима и т. д.;
5. Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении;
6. Ознакомление родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольном образовательном учреждении и обучение их отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма (фитотерапии, ароматерапии и т.д.);
7. Проведение открытых занятий для родителей, дней здоровья, совместных праздников и развлечений.

Перспективное планирование работы с родителями

№	Название мероприятия	Предварительная дата проведения	Окончательная дата проведения	Итоговый документ
1.	Информация о видах физкультурных занятий и форме одежды. Ознакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой на новый учебный год.	Сентябрь		Протокол родительского собрания.
2.	Ознакомить родителей со спортивной базой детского сада (зал, спортплощадка, инвентарь, пособия).	Сентябрь		Протокол ознакомления.
3.	Взаимодействие с родителями по созданию системы закаливания в семье.	Октябрь		Протокол беседы.
4.	Взаимодействие ДООУ с родителями на занятиях физической культурой. Анкетирование.	Ноябрь		Анализ анкетирование.
5.	Привлечь родителей к участию в сооружении снежных построек на спортивной площадке и участках.	Декабрь		Фото.

	Обратить внимание родителей на выполнение движений детьми в естественных условиях.			
6.	«День Здоровья» с активным участием родителей. Анкетирование.	Январь		План проведения «Дня Здоровья». Анализ анкетирования.
7.	Взаимодействие ДОУ с родителями на спортивных праздниках, досугах, развлечениях.	Февраль		Фотогалерея
8.	«День открытых дверей»	Март		Фото.
9.	Консультация «Здоровье сберегающие технологии в ДОУ»	Апрель		Консультация.

2.6. Программа коррекционно-развивающей работы с детьми ограниченными возможностями здоровья.

В последнее время в силу ряда объективных причин увеличилось количество детей с ограниченными возможностями здоровья. Для воспитанников с ОВЗ, характерны различные нарушения в развитии: нарушение речи, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, с выраженными расстройствами эмоционально-волевой сферы, с задержкой и комплексными нарушениями развития. Это дети с ослабленным здоровьем, они быстро утомляются, устают, они раздражительны или наоборот апатичны.

Таким образом, на занятиях необходимо учитывать специфику психики и здоровья каждого ребёнка. Данные дети не имеют серьезных противопоказаний против занятий физической культурой и спортом, но требуют особый подход в работе с ними, в частности одним из важных условий является индивидуальный подход.

Дети с ограниченными возможностями здоровья испытывают дефицит двигательной и эмоциональной активности, поэтому на занятиях физкультурой необходимо большое разнообразие двигательной деятельности.

Занятия физкультурой для детей с ограниченными возможностями здоровья является одной из эффективных форм их социализации, а также коррекции нарушений их развития.

Задачи физического развития и физического воспитания детей с ОВЗ:

- Формировать у детей интерес к физической культуре и совместным физическим занятиям со сверстниками;
- Охранять жизнь и укреплять здоровье детей;
- Формировать правильную осанку и содействовать профилактике плоскостопия;

- Создавать условия и формировать у детей потребность в разных видах двигательной деятельности;
- Развивать у детей движения, двигательные качества, физическую и умственную работоспособность, учитывая возрастные и индивидуальные особенности;
- Тренировать у детей сердечно сосудистую и дыхательную системы, закаливать организм;
- Создавать условия для эффективной профилактики простудных и инфекционных заболеваний;
- Осуществлять систему коррекционно-восстановительных мероприятий, направленных на развитие психических процессов и личностных качеств воспитанников, предупреждать возникновение вторичных отклонений □ психофизическом развитии ребёнка;
- Учить детей выполнять движения и действия по подражанию действиям взрослого;
- Учить детей выполнять действия по образцу и речевой инструкции;
- Формировать у детей игровые двигательные действия.

На занятия по физическому воспитанию решаем как общие, так и коррекционные задачи. В занятия включаются физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений (метание, ходьба, бег, лазанье, ползание, прыжки). А также общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, координацию движений, формирование правильной осанки, развитие равновесия.

Стратегия организации физического воспитания базируется на физиологических механизмах становления движений в процессе развития растущего детского организма.

В ходе утренней гимнастики в семье и на занятиях в ДОУ предлагаем детям основные виды движений в следующей последовательности: движения на растягивание, в положении лежа; метание, ползание и движения в положении низкого приседа, на коленях; упражнения в вертикальном положении (ходьба, лазанье, бег) и подвижные игры. Работа по развитию ручной моторики проводится на индивидуальных занятиях. На начальном этапе обучения большое внимание уделяется общему развитию рук ребенка, формированию навыка хватания, становлению ведущей руки, огласованности действий обеих рук, выделению каждого пальца. В ходе проведения занятий у детей отрабатываются навыки удержания пальцевой позы, переключения с одной позы на другую, одновременного выполнения движений пальцами и кистями обеих рук. Подобные движения выполняются с речевым сопровождением и опорой на зрительные и тактильные образы-представления. Развитие всех видов ручной моторики и зрительно-двигательной

координации служит основой для становления типичных видов детской деятельности, является предпосылкой становления устной и письменной речи, а также способствует повышению познавательной активности детей.

Основные направления коррекционно-педагогической работы.

Метание – один из первых видов двигательной активности ребенка, который основывается на развитии хватательных движений и действий малыша. Общеизвестно, что в онтогенезе движений хватание развивается раньше прямохождения. Развитие руки стимулирует формирование остальных двигательных функций организма, активизируя всю психическую деятельность ребенка. Даже глубоко умственно отсталый ребенок может схватывать предметы, удерживать их непродолжительное время и бросать, выполняя движение от плеча, поэтому в программе данный вид занятий стоит на первом месте. В процессе метания движение выполняется как одной рукой, так и двумя руками. При этом стимулируется выделение ведущей руки и формируется согласованность совместных действий обеих рук. Все это имеет особое значение для коррекции отклонений в познавательной сфере детей с нарушением интеллекта.

Построение направлено на организацию деятельности детей в процессе физического воспитания. В ходе построения дети учатся слышать взрослого и подчинять свое поведение требованиям инструкции взрослого. Наряду с этим умственно отсталый ребенок учится адекватно вести себя, ориентироваться в ситуации и участвовать в совместных действиях со сверстниками.

Ходьба направлена на развитие основных движений ребенка, формирование умения правильно держать корпус, соблюдать ритм ходьбы, совершенствование согласованных движений рук и ног, формирование слуходвигательной и зрительно двигательной координации. В процессе ходьбы развивается целенаправленность в деятельности ребенка.

Бег способствует совершенствованию основных движений ребенка, позволяет ему овладеть навыком согласованного управления всеми действиями корпуса, формирует легкость и изящество при быстром перемещении ребенка. Совместный бег в группе детей закрепляет навыки коллективных действий, способствует появлению эмоционального отклика на них и предпосылок коммуникативной деятельности. Правильная организация бега детей позволяет формировать у них адекватные формы поведения в коллективе сверстников и желание участвовать в совместной деятельности.

Прыжки направлены на развитие основных движений ребенка, тренировку внутренних органов и систем детского организма. Прыжки следует вводить постепенно и очень осторожно, поскольку они создают большую нагрузку на неокрепший организм ребенка (физиологами доказано, что для безопасного выполнения прыжков необходимо

наличие у ребенка развитого брюшного пресса и 3-образного изгиба позвоночника). Детей начинают учить прыжкам со спрыгивания, с поддержкой взрослого. Прыжки подготавливают тело малыша к выполнению заданий на равновесие, которые очень сложны для умственно отсталого дошкольника. Для совершенствования навыков в прыжках ребенок должен проявить волевые качества своей личности, сосредоточиться и обратиться с силами. Кроме того, в процессе выполнения прыжков у детей начинают закладываться основы саморегуляции и самоорганизации своей деятельности.

Ползание, лазанье, перелезание направлены на развитие и совершенствование двигательных навыков, укрепление мышц спины, брюшного пресса, позвоночника. Эти движения, в свою очередь, оказывают положительное влияние на формирование координированного взаимодействия в движениях рук и ног, на укрепление внутренних органов и систем. Данное направление работы является одним из важнейших, поскольку представляет высокую коррекционную значимость, как для физического, так и для психического развития ребенка. В связи с тем, что многие умственно отсталые дети в своем развитии минуют этап ползания, одна из задач физического воспитания – восполнить этот пробел. - Общеразвивающие упражнения способствуют развитию интереса к движениям, совершенствованию физических показателей и двигательных способностей; развивают гибкость и подвижность в суставах; укрепляют функционирование вестибулярного аппарата. Физические упражнения обеспечивают активную деятельность внутренних органов и систем, укрепляют мышечную систему в целом.

В общеразвивающих упражнениях выделяют следующие группы движений:

- упражнения без предметов;
- упражнения с предметами;
- упражнения, направленные на формирование правильной осанки;
- упражнения для развития равновесия.

Подвижные игры закрепляют сформированные умения и навыки, стимулируют подвижность, активность детей, развивают способность к сотрудничеству со взрослыми и детьми. Подвижные игры создают условия для формирования у детей ориентировки в пространстве, умения согласовывать свои движения с движениями других играющих детей. Дети учатся находить свое место в колонне, в кругу, действовать по сигналу, быстро перемещаться по залу или на игровой площадке. Совместные действия детей создают условия для общих радостных переживаний, активной совместной деятельности. В процессе подвижных игр создаются условия для развития психических процессов и личностных качеств воспитанников, у детей формируются умения адекватно действовать в коллективе сверстников.

Наиболее эффективна организация подвижных игр на свежем воздухе (при активной двигательной деятельности детей на свежем воздухе усиливается работа сердца и легких, увеличивается поступление кислорода в кровь, что благотворно влияет на общее состояние здоровья).

Диагностика и мониторинг результатов физической подготовленности детей с ОВЗ. Для комплексной оценки физического состояния детей необходимы учет и анализ данных физической подготовленности, которая характеризуется степенью сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. У детей с ОВЗ в каждой возрастной группе 2 раза в год проводится диагностика развития основных видов движений (в сентябре – на начало учебного года и в мае – на конец учебного года). Тесты на каждой возрастной группе аналогичные и на начало и на конец учебного года, чтобы можно было оценить динамику развития движений. Анализ результатов позволяет сделать качественный и количественный анализ развития конкретного ребенка, выявить реальный уровень его развития и степень соответствия возрастным нормам. Результаты тестирования являются точкой отсчета для прогнозирования особенностей развития детей с ОВЗ и подбора оптимального содержания обучения движениям, средств и приемов адекватного педагогического воздействия. Результаты мониторинга заносятся в специальные таблицы. Оценка уровня овладения детьми основными видами движений в начале и конце учебного года производится следующим образом:

- по каждому из указанных параметров в столбце с фамилией и именем ребенка выставляются полученные им баллы;
- по каждому ребенку подсчитывается итоговый показатель (сумма баллов в столбце делится на количество параметров, полученный результат округляется до десятых долей);
- полученный показатель на начало учебного года выявляет трудности в обучении движениям на предыдущем году обучения (или у вновь пришедших детей);
- определяет уровень актуального развития;
- фиксирует характер отклонений в двигательном развитии;
- выявляет личностный ресурс ребенка, определяет зону ближайшего развития и помогает в разработке плана конкретных мероприятий на текущий учебный год, направленных на решение выявленных проблем. –
- полученный показатель на конец учебного года показывает эффективности реализации индивидуальной коррекционно-развивающей программы ребенка и помогает в составлении прогноза относительно дальнейшего физического развития ребёнка.
- итоговый показатель мониторинга результатов физической подготовленности детей по каждой возрастной группе детей, помогает описать общегрупповые тенденции развития движений детей. Ведения учета результатов освоения программы по разделу

«Физическое воспитание», для подготовки к административно-групповым совещаниям, где все специалисты, работающие на данной возрастной группе, обсуждают и анализируют полученные результаты по каждой образовательной области.

В содержание работы с детьми ОВЗ входят:

- Уменьшение физической нагрузки в процессе НОД;
- Адаптирование сложных для выполнения упражнений, на более легкие;
- Исключение некоторых видов упражнений по медицинским показаниям;
- Формирование правильного отношения к физической культуре, к себе и к своему здоровью;
- Наблюдение за состоянием ребенка во время НОД физинструктором, медицинской сестрой, воспитателем группы;
- Мотивация на улучшение результатов (похвала, близость с ребенком во время объяснения задания);
- Дополнительная релаксация во время НОД;
- Дифференцированный подход к участию в соревнованиях;
- Оказание помощи ребенку при выполнении упражнений;
- Предоставление дополнительного времени для выполнения заданий.

У большинства детей с ОВЗ отмечается недостаточный уровень познавательной активности, незрелость мотивации к учебной деятельности, сниженный уровень работоспособности и самостоятельности. Поэтому поиск и использование активных форм, методов и приёмов обучения является одним из необходимых средств повышения эффективности коррекционно-развивающего процесса в работе инструктора по физической культуре - это включение логопедических разминок, введение художественного слова на занятиях позволило добиться хороших результатов.

Общеразвивающие упражнения с элементами перевоплощения, музыкально-ритмические упражнения, задания на развитие мимики и артикуляции, элементы психогимнастики, упражнения на развитие мелких мышц рук, ряд игр и упражнений для профилактики плоскостопия, также упражнения для формирования и коррекции осанки, дыхательные и звуковые упражнения.

Отрабатывание основных видов движений: ходьбы, бега, лазанье, бросание, метание.

Индивидуальная работа с детьми ОВЗ при тесной взаимосвязи с педагогами и специалистами детского сада способствует улучшению физического развития детей.

Формы работы с детьми с ОВЗ:

1. Утренняя гимнастика

Проведение утренней стимулирующей гимнастики: в комплекс общеразвивающих упражнений включаются, традиционные упражнения имитационного характера: с предметами и без них; игровые упражнения, направленные на развитие внимания, требующие точности выполнения действий; оздоровительный бег и релаксация, корригирующая гимнастика, гимнастика для стимуляции развития речевых центров, которая представляет собой систему физических упражнений, разработанных совместно с логопедом; основу их составляют элементы логоритмики — движения, сочетающиеся с речевым сопровождением (*звуком, фразой, стихами*) Утренняя стимулирующая гимнастика позволяет обрести положительное эмоциональное состояние и хороший тонус на целый день.

2. Непосредственно-образовательная деятельность.

Занятия по физической культуре строятся по следующей схеме: вначале даются различные виды ходьбы, бега для коррекции и профилактики осанки и плоскостопия.

Основные виды упражнений направлены на развитие гибкости и подвижности позвоночника, укрепления мышечного тонуса, коррекции осанки, формирования нормального свода стопы, улучшения легочной вентиляции и укрепления основных дыхательных мышц, расслабления и снятия мышечного психоэмоционального напряжения.

Разучивая с детьми какое-либо действие, соблюдать определенную последовательность. Из-за быстрой утомляемости и слабого физического развития дети с задержкой психического развития с большим трудом усваивают упражнения на выработку правильной осанки, удержания положения тела в нужной позиции. Рекомендуется использовать упражнения с грузом в руках (мешочки с песком, гантели, ходьба с удержанием груза на голове, упражнения у вертикальной стены, когда ребенок касается ее пятками, икроножными мышцами, ягодицами, лопатками и затылком (стоять так необходимо в течение нескольких секунд, а затем походить, удерживая принятую позу).

Наличие детских тренажеров позволяет разнообразить деятельность детей и увеличивать нагрузку на отдельные группы мышц, а также позволяет делить детей на подгруппы и уделять больше внимания тем, кто требует сопровождения взрослого.

Работа с детьми на ортопедических мячах позволяет развивать гибкость, чувство равновесия, силу, умение фиксировать положение тела.

Для укрепления сводов стопы, мышц нижних конечностей используются движения танцевального характера: приставные шаги, ходьба на пятках, имитационная ходьба, подскоки и т.д.

Широко используются комплексы ритмической гимнастики. Включение в комплексы ритмической гимнастики специальных упражнений для плечевого пояса и систематическое их выполнение помогают развивать подвижность плечевых суставов, а свободные движения под музыку позволяют детям преодолевать барьер неуверенности и чувство скованности.

Использование комплексов ритмической гимнастики на занятиях по физическому воспитанию позволяет повысить плотность занятий, т. к. следующие друг за другом упражнения значительно сокращают простои. Ритмичная музыка создает положительный эмоциональный фон, улучшает настроение, повышает работоспособность, доставляя детям радость движения.

Нестандартное оборудование на занятиях по профилактике плоскостопия - ребристые дорожки, коврики, кружки, обшитые разнообразными пуговицами, яркие, разноцветные набивные мячи, маты для кувыркания.

Все это привлекает детей, вызывает повышенный интерес к физкультуре.

3. Подвижные игры в совместной и свободной деятельности

Подвижные игры оказывают благоприятное влияние на развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую работу, различные крупные и мелкие мышечные группы, игры, увеличивающие подвижность в суставах. Подвижные игры активизируют деятельность сердца и легких, повышают их работоспособность, содействуют улучшению кровообращения и обмена веществ в организме.

Подвижные игры просто необходимы детям дошкольного возраста с ОВЗ - они развивают координацию, благотворно влияя на вестибулярный аппарат, стимулируют кровообращение, укрепляя сердечно-сосудистую систему, способствуют насыщению клеток организма кислородом, повышая активность головного мозга, учат ребенка концентрации и вниманию.

4. Динамический или подвижный час.

Проводится во время прогулки (на площадке), во второй половине дня или в помещении (при плохой погоде).

Включает в себя:

- самостоятельные занятия детей на тренажерах (при наличии),
- подвижные игры с разной интенсивностью, игры-эстафеты и аттракционы, сюжетные двигательные задания и т. д.

Важнейшими условиями эффективности физкультурного часа являются отсутствие строгой регламентации и учет интересов и желаний детей в выборе упражнений, пособий и игр;

5. Гимнастика после дневного сна в сочетании с воздушными процедурами:

- корректирующие упражнения и самомассаж,
- гимнастика сюжетно-игрового характера,
- корректирующие упражнения для формирования правильной осанки и укрепления свода стопы в сочетании с ходьбой по массажным и ребристым дорожкам,
- укрепления основных дыхательных мышц, развития мелкой моторики и зрительно-пространственной координации.

6. Активный отдых.

Наряду с перечисленными видами двигательной деятельности немаловажное значение приобретают активный отдых, физкультурно-массовые мероприятия, в которых могут принимать участие родители.

К таким занятиям относятся:

- дни здоровья,
- физкультурный досуг,
- физкультурный праздник,
- походы. Все перечисленные виды, дополняя, и обогащая друг друга в совокупности обеспечивают необходимую двигательную активность каждого ребенка с ОВЗ.

7. Работа с родителями:

- консультации по использованию совместных подвижных игр с ребёнком в домашних условиях и на прогулке,
- оздоровительные процедуры в домашних условиях и рекомендации на летний оздоровительный период по использованию естественных сил природы для закаливания детей.

3. Организационный раздел

3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка.

Обучение детей физическим упражнениям представляет собой ряд взаимосвязанных процессов, достаточно сложных в организационном и методическом плане. Организация обучения детей физическим упражнениям осуществляется в комплексе со всеми многообразными формами физкультурно-оздоровительной работы, так как только в сочетании непосредственно образовательной деятельности не только в спортивном зале, но и на занятиях в бассейне, на прогулке, в центре активности, в самостоятельной и

совместной деятельности, с рациональным режимом деятельности и отдыха детей может дать положительный результат в укреплении их здоровья и закаливания организма. Для успешной реализации используются следующие **формы проведения занятий**:

Продуктивные формы проведения физкультурных занятий;

- Учебно-тренирующего характера;
- Игрового характера с различными видами движений и дозируемой физической нагрузкой;
- Сюжетного характера;
- Комплексное;
- Контрольное.

Организация двигательного режима

Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа	Первая младшая группа
Организованная деятельность	6 час/нед	8 час/нед	10 час/нед	10 час и более/нед	5 час/нед
Утренняя гимнастика	6-8 мин	6-8 мин	8-10мин	10-12мин	4-6 мин
Хороводная игра или игра средней подвижности	2-3 мин	2-3 мин	3-5 мин	3-5 мин	2-3 мин
Физминутка во время занятия	2 – 3мин				
Подвижная игра на прогулке	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	4-8 мин
Инд.раб. по развитию движений на прогулке	8-10мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин	6-10 мин
Физкультурные занятия	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин	10-15 мин
Музыкальные занятия	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин	10-15 мин
Гимнастика после дневного сна	5-10мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин	4-6 мин
Спортивные развлечения	20 мин	30 мин	30 мин	40-50 мин	10-15 мин
Спортивные	20 мин/2р/г	40 мин/2р/г	60-90 мин/2р/г		

праздники					
Неделя здоровья	Сентябрь, январь, апрель				
Подвижные игры во II половине дня	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	6-8 мин
Самостоятельная двигательная деятельность в центре активности	Ежедневно				

Система физкультурно-оздоровительной работы

№	Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
I. МОНИТОРИНГ				
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	Все	2 раза в год (в сентябре и мае) В середине года проводится обследование детей с низким уровнем физического развития и детей подготовительных к школе групп.	Старшая медсестра Инструктор по физ. культуре, воспитатели групп
2.	Диспансеризация	Старшие и подготовительная к школе группы	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, старшая медсестра, врач-педиатр
II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы (кроме групп раннего возраста)	Ежедневно	Воспитатели групп или инструктор по физкультуре
2.	Физическая культура	Все группы (кроме групп раннего возраста)	3 раза в неделю: в зале 2 раза и на воздухе 1 раз	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
6.	Спортивные игры	Старшая, подготовительная группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
7.	Физкультурные досуги	Все группы (кроме групп раннего возраста)	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре
8.	Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп

9.	День здоровья	Все группы (кроме групп раннего возраста)	2 раз в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
III ФИЗКУЛЬТУРНО-РЕКРЕАЦИОННАЯ				
1.	Участие в спортивных соревнованиях между ДОУ ОАО «РЖД» «Весенние старты»	Подготовительная группа	Июнь	Инструктор по физкультуре
IV. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ				
1.	Витамиотерапия	Все группы	2 раза в год	Ст. медсестра
2.	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с родителями)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции)	Ст. медсестра
3.	Кварцевание групп и кабинетов	ежедневно	В течение года	Воспитатели
4.	Самомассаж	Всем детям	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели
6.	Массаж стоп (в период проведения занятий в режиме динамических пауз)	Средний и старший возраст	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели
V. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ				
1.	Музыкотерапия	Все группы	Использование музыкального сопровождения на занятиях изобразительной деятельности, физкультуре и перед сном	Музыкальный руководитель, ст. медсестра, воспитатель группы
2.	Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания	Ст. медсестра, младшие воспитатели
VI. ЗАКАЛИВАНИЕ				
1.	Ходьба босиком	Все группы	После сна	Воспитатели
2.	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели

3.	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
----	---------------------------------------	------------	---------------	----------------------------------

3.1.1. Модель взаимодействия воспитателей со специалистами.

Взаимодействие с воспитателями

За успешное выполнение всех задач образовательной программы отвечает воспитатель, а инструктор по физическому воспитанию должен оказывать помощь воспитателю по различным вопросам физического развития детей:

- планировать и организовывать образовательную деятельность по физическому воспитанию;
- планировать и организовывать физкультурно-оздоровительную работу в режиме дня;
- оказывать методическую помощь по вопросам физического воспитания всем педагогам ДООУ (проводить различные консультации, выступать на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах и т.д.). Планирование такой совместной деятельности осуществляется на основе годового плана нашего дошкольного учреждения. Кроме групповых форм взаимодействия раз в неделю встречаться со специалистами и обсуждать вопросы, требующие внимания.
- разрабатывать и организовывать информационную работу с родителями.

Совместно с воспитателями 2 раза в год (в начале и в конце года) проводить обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей. Это дает возможность спрогнозировать возможные изменения этих показателей на конец учебного года.

Одной из основных форм работы по физическому воспитанию являются физкультурные занятия. Исходя из условий нашего детского сада и опыта работы воспитателей, первое обучающее занятие проводится по подгруппам. Отбор программного материала осуществляется с учетом возрастных особенностей детей и анализа диагностики. На каждую возрастную группу, составляется перспективное планирование. Чтобы физкультурные занятия были действительно развивающими, интересными, увлекательными и познавательными, используются разные формы их проведения (традиционные, тренировочные, контрольно-проверочные, игровые, тематические, сюжетные и интегрированные). Такие занятия, праздники и развлечения планируются в соответствии с календарно-тематическим планированием.

Руководящую роль на занятии занимает инструктор. Но воспитатель, зная методику проведения физкультурных занятий, следит за качеством выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движений, помогает в регулировании физической нагрузки на каждого ребенка. Воспитатель на занятии не только помогает инструктору по физической культуре, но и фиксирует то, что необходимо закрепить с некоторыми детьми в индивидуальной работе. Для удобства знакомства детей с подвижными играми составляется перспективный план на каждую возрастную группу. Планирование составлено так, что не выпущена ни одна игра предусмотренная программой, продуманно ее обучение, закрепление, упражнение, усложнение, а также использование игры в самостоятельной деятельности. Кроме этого разработаны и внедрены в работу картотеки подвижных и хороводных игр, корригирующих и дыхательных игр и упражнений.

Воспитатель является связующим звеном между инструктором по физическому воспитанию и родителями (проводит с ними беседы, дает консультации, предлагает разнообразные домашние задания, индивидуально для каждого ребенка).

Взаимодействие с музыкальным руководителем

Музыка является одним из средств физического воспитания. Кроме того, что она положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора или воспитателя от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике. Вот здесь и необходима помощь музыкального руководителя.

Очень важно, чтобы музыка на занятии не звучала только ради того, чтобы прозвучать, она должна естественно вплестаться в занятие, в каждое движение. Общеразвивающие упражнения имеют свою структуру, поэтому для них подбираем произведения определенного строения. И самое главное сначала попробовать самой выполнить эти упражнения под музыку. При необходимости можно подбирать музыку и к ОВД, но следует помнить, что выполнение трудных движений (лазание, равновесие) требует от ребенка больших усилий, внимания, координации. Музыка в данном случае не желательна и является отвлекающим фактором.

Чаще всего используется музыка, в том числе и звукозаписи, в подвижных и хороводных играх, во время проведения эстафет и соревнований, а так же в заключительной части занятия, когда музыка выступает как успокаивающее, обеспечивающее постепенное снижение физической нагрузки средство. В этой части использую звуки природы и звучание лирических произведений.

Совместно с музыкальным руководителем проводятся музыкально-спортивные праздники и развлечения. Такие мероприятия планируются согласно годовому календарно-тематическому плану.

Очень важно помнить, что:

недопустимо выполнение физических упражнений вне ритма и темпа; противопоказано уточнять ритмичность движения под музыку счетом или непрерывными хлопками, так как это может привести к частичному искажению музыкально-ритмических ощущений.

Взаимодействие с учителем-логопедом

Дети с тяжелыми нарушениями речи по физическому развитию отличаются от своих сверстников нарушением моторики, дискоординацией и слабостью движений, двигательной расторможенностью, слабой ориентировкой в пространстве.

Для них планирование физкультурно-оздоровительной работы составляется с учетом коррекционно-воспитательных задач. Вот здесь как раз и необходимо тесное сотрудничество инструктора по физической культуре и логопеда. Поэтому на занятия обязательно должны проводиться упражнения на дыхание, координацию движений.

Одним из эффективных приемов в коррекционной работе с детьми является использование упражнений, где речь взаимосвязана с движением. Это могут быть подвижные, пальчиковые игры, игровой массаж, дыхательные игры и упражнения, которые логопеды и воспитатели планируют согласно лексическим темам (времена года, транспорт, профессии, зимние виды спорта, домашние животные и т.д.) и предлагают в качестве закрепления. Это способствует обогащению словарного запаса, формированию лексико-грамматического строя речи, постановке правильного дыхания. Такие упражнения используются в различных моментах физкультурно-оздоровительной работы. Это, безусловно, физкультурные занятия, где помимо общеобразовательных задач решается ряд коррекционных задач, направленных на устранение недостатков эмоциональной, интеллектуальной и моторной сфер, обусловленных особенностями речевого дефекта, а так же физкультурные праздники, досуги, утренняя и бодрящая гимнастика, физминутки на других занятиях, прогулки. Для этого совместно разработаны картотеки игр, упражнений, оздоровительного массажа, считалок, загадок, чистоговорок.

Взаимодействие с педагогом-психологом

То, что дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, доказывать уже никому не надо. Важно, чтобы методами психопрофилактики и психокоррекции владели не только педагоги-психологи, но и воспитатели и инструктор по физической культуре в том числе, а главное, чтобы они могли использовать их в своей

повседневной работе с детьми, учитывая их индивидуальные психологические особенности и проблемы.

Поэтому здесь очень необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервно-психическими расстройствами.

Надо отметить, что и практически здоровые дети тоже нуждаются в психопрофилактической работе. Поэтому я в некоторые физкультурные занятия и развлечения включаются игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

Таким образом, создана модель взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами, медицинским персоналом.

3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Предметно развивающая среда в спортивном зале, позволяет детям быстрее адаптироваться к специфике занятий и испытывать эмоциональный комфорт. Для проведения комплексов ОРУ используются мячи различной величины, пластмассовые кубики, мешочки, султанчики и т.д. Для преодоления страха, не решительности – игрушки, нестандартное оборудование.

3.3. Планирование образовательной деятельности.

3.3.1. Расписание непрерывной образовательной деятельности (НОД) на неделю.

День недели	Время	Группа
Понедельник	9.00 - 9.30	
	9.40 -	
Вторник	9.00 -9.20	
	9.30 -	
Среда	9.00 - 9.15	
	9.25 -	

Четверг	9.00 -9.30	
	9.40 -	
Пятница	9.00 -9.20	
	9.30 -	

Циклограмма физкультурного занятия

Группы	Все занятия	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	ОВД	Игра	
1младшая	15мин.	1,5мин.	3мин. (3-5упр)	6-7мин. (1-2вида)	2мин. (1-2раза)	1мин.
2младшая	15мин.	1,5мин.	3мин. (3-5упр)	6-7мин. (2-3вида)	2мин. (1-2раза)	2мин.
Средняя	20мин.	2-3мин.	4мин. (5-6упр)	8-9мин. (3-4вида)	2,5мин. (2-3раза)	3мин.
Старшая	25мин.	4мин.	4,5мин. (6-7упр)	10-11мин. (4вида)	2,5мин. (3раза)	3-4мин.
Подготовительная	30мин.	4-5мин.	5мин. (7-8упр)	13-14мин. (3-5вида)	3мин. (4раза)	3-4мин.

Организация двигательного режима

Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа	Группа раннего возраста
Организованная деятельность	6 час/нед	8 час/нед	10 час/нед	10 час и более/нед	5 час/нед
Утренняя гимнастика	6-8 мин	6-8 мин	8-10мин	10-12мин	4-6 мин
Хороводная игра или игра средней подвижности	2-3 мин	2-3 мин	3-5 мин	3-5 мин	2-3 мин
Физминутка во время занятия	2 – 3мин				

Подвижная игра на прогулке	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	4-8 мин
Инд.раб. по развитию движений на прогулке	8-10мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин	6-10 мин
Физкультурные занятия	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин	10-15 мин
Музыкальные занятия	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин	10-15 мин
Гимнастика после дневного сна	5-10мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин	4-6 мин
Спортивные развлечения	20 мин	30 мин	30 мин	40-50 мин	10-15 мин
Спортивные праздники	20 мин/2р/г	40 мин/2р/г	60-90 мин/2р/г		
Неделя здоровья	Сентябрь, январь, апрель				
Подвижные игры во II половине дня	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	6-8 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно				

Циклограмма образовательной деятельности вне НОД на неделю.

Вид деятельности	День недели				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Работа с родителями	8.30 - 8.45				8.30 - 8.45
Подготовка к занятиям	8.45 -9.00	8.45 -9.00	8.45 -9.00	8.45 -9.00	8.40-9.00
Занятия по расписанию	9.00-12.45	9.00-12.50	9.00-12.05	9.00-12.20	9.00-12.00
Обработка и просушка инвентаря	13.00-14.00	13.00-14.00	13.00-14.00	13.00-14.00	13.00-14.00
Работа с документацией	14.00-15.00	14.00-15.00		13.00-15.00	
Работа с воспитателями			14.00-15.00		
Изготовление пособий	15.00-16.00				14.00-15.00
Работа с методическими материалами		15.00-17.00		15.00-17.00	
Изучение новинок методической литературы	16.00-17.00		16.00-17.00		16.00-17.00
Физкультурный досуг	1 раз в месяц (последнее занятие месяца)				

Перспективное планирование физкультурных развлечений и досугов.

Предварительная дата проведения	Мероприятия	Группы
Сентябрь	«Осень в гости к нам пришла» (досуг) « В осеннем лесу» (досуг) « Едим по дорожке» (праздник) « В здоровом теле – здоровый дух» (досуг) <u>Консультация для родителей</u> «Растить здорового ребенка – желание любой семьи» «Фестиваль туристов»	старшие гр. средняя гр. младшая гр. подготов-ые гр. <u>Для всех групп</u>
Октябрь	«Спорт и я, лучшие друзья» (развлечение) «День универсиады» (досуг) «Откуда игры к нам пришли» (развлечение) «На день рождение к ослику Иа» (досуг) « В осеннем лесу» (досуг) <u>Консультация для родителей</u> «Упражнения для тренировки настроения»	старшие гр. средняя, гр. подготов-ые гр. младшая гр. старшая гр. <u>Для всех групп</u>
Ноябрь	« На лесной полянке (младшая гр. досуг) « В гости к снеговичку» (досуг) « День рождения Бабы Яги» (досуг) <u>Беседа с родителями на тему</u> «Семейный кодекс здоровья»	младшие гр. старшие гр. средние гр. подготов-ые гр. <u>Для всех групп</u>
Декабрь	«В стране здоровья» (досуг) « Дорога в город» (праздник) « Добрый доктор Айболит» (досуг) « Спорт – это здоровье» (праздник) <u>Школа для родителей «Простуженный ребенок»</u>	старшая, гр. средняя гр. младшие гр. подготов-ые гр. <u>младшая гр.</u>
Январь	«Зимние забавы» (развлечение) « Зимушка зима» (досуг) « Игры в снежном царстве» (досуг) Выставка газеты для родителей и педагогов «Отдых зимой»	младшие гр. старшая гр. подготов-ые гр. средние гр.

		<u>Для всех групп</u>
Февраль	<p>«Мой папа самый спортивный» (праздник) «Поиграем, погуляем» (развлечение) «Фестиваль – Зимних видов спорта» (праздник)</p> <p><u>Консультация для педагогов на тему</u> «Правильное дыхание – залог здоровья» вручение информационных буклетов «Правильное дыхание – залог здоровья»</p>	<p>средняя гр. младшая гр. старшая, гр. подготов-ые гр. <u>Для всех групп</u></p>
Март	<p>«Веселые игры» (досуг) «В спортивной стране хорошо и тебе и мне » (досуг) «Веселый мяч» (досуг) «Лыжные гонки» (досуг)</p> <p><u>Консультация для родителей «Осанка по заказу»</u></p>	<p>средняя гр. подготов-ые гр., младшие гр. старшая гр. средние гр. <u>Для всех групп</u></p>
Апрель	<p>«Путешествие в космос» (досуг) «Клоун и клоунята» (досуг) «Мама, папа, я – спортивная семья» (досуг)</p> <p><u>Выставка папки передвижки для родителей педагогов на тему</u> «Приглашаем на зарядку»</p>	<p>средняя гр. младшие гр. старшая гр. <u>Для всех групп</u></p>
Май	<p>«День победы» (праздник) «Неразлучные друзья» (досуг) «Большие гонки» (развлечение) «Развеселая матрешка» (досуг)</p> <p><u>Выставка литературы для родителей</u> «Как сделать прогулку ребенка интересной и содержательной»</p>	<p>подготов. гр. средние гр. старшая гр. 2младшие <u>Для всех групп</u></p>
Июнь	<p>«Веселые старты!» (праздник – летних видов спорта) «Мы котята шалунишки» (досуг) «Супер семья» (развлечение) «Путешествие в Олимпию» (досуг)</p> <p><u>Выставка газеты для родителей</u> «Отдых летом»</p>	<p>подготов. гр. старшая гр. средние гр. 2младшие <u>Для всех групп</u></p>
Июль	<p>«Ленивый башмачок» (досуг) «Летнее приключение пиратов» (досуг) «Мы помощники пожарных» (развлечение) «Веселые приключения – юных спортсменов » (праздник)</p> <p><u>Беседа с родителями на тему</u> «Босохождение» и вручение памяток.</p>	<p>младшая гр., средняя гр. подготов. гр старшая гр. средняя гр., <u>Для всех групп</u></p>
Август	<p>«До свидание лето» (досуг) «Веселый стадион» (праздник) «Страна Светофория» (развлечение)</p> <p><u>Консультация для родителей</u> «Значение физкультуры в ДОУ»</p>	<p>старшая гр. младшая гр., подготов. гр средняя гр., <u>Для всех групп</u></p>

3.4. Материально-техническое обеспечение

Наименование оборудования, учебно-методических и игровых материалов

Гимнастическая лестница (высота 3 м, ширина 1-го пролета 95 см, расстояние между перекладинами 25 см)	2пролета
Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 3 м)	2шт.
Погремушки	30 шт.
Султанчики	30 шт.
Платочки	30 шт.
Ленточки (4основных цвета)	30 шт.
Маски, шапочки для подвижных игр	30 шт.
Корзина для инвентаря пластмассовая	4 шт.
Корзина для инвентаря прозрачная большая	4 шт.
Корзина для инвентаря прозрачная малая	8 шт.
Гимнастический мат (длина 100 см)	2шт.
Гимнастический мат (длина 140см)	
Палка гимнастическая (длина 76 см)	3шт. 1шт.
Скакалка детская для детей подготовительной группы (длина 210 см) для детей средней и старшей группы (длина 180 см)	30шт 15шт 15шт.
Корзина для инвентаря с ручками	1 шт.
Корзина для инвентаря	2 шт.
Корзина баскетбольная навесная	3шт.
Рулетка измерительная (5м)	1шт.
Секундомер	1шт.
Свисток	1 шт.
Кольцеброс	1 шт.
Кегли	25 шт.
Обруч пластиковый детский большой (диаметр 90 см) средний (диаметр 50 см)	30 шт. 30 шт.
Конус для эстафет цветные	15 шт.
Конус для эстафеторанживые	25 шт.
Дуга для подлезания (высота 42 см)	4 шт.
Кубики пластмассовые	30 шт.
Цветные ленточки (длина 60 см)	30 шт.
Бубен	3 шт.
Ребристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см)	3 шт.
Лыжи детские	12 шт.
Мягкий конструктор	15 шт.
Дорожка балансирующая	1компл
Гимнастическая лестница навесная	1шт.
Стойка из обручей вертикальная	2шт.
Стойка для прыжков в высоту, длину	1шт.
Гимнастическая доска навесная	2 шт.
Массажная дорожка (цветная)	2шт.
Массажная дорожка (тканевая)	2шт.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закругленными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы, утренней гимнастики, физкультурных занятий и спортивных развлечений необходим музыкальный центр и музыкальное сопровождение. Детские песни и мелодии обновляется для стимулирования физической, творческой, интеллектуальной активности детей. Все это позволяет организовывать работу по сохранению и укреплению здоровья детей, созданию положительного психологического климата в детских коллективах, а также по всестороннему развитию каждого ребенка.

Музыкальный центр	1 шт.
Пианино	1шт.
Аудиозаписи	Имеются и обновляются
Компьютер и принтер	1 шт.
Ионизатор воздуха	1шт. (в физкультурном зале)

3.5. Информационно-методическое обеспечение.

- Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду.
- Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка.
- Головин О.В. Нормативная двигательная активность в онтогенезе дошкольника.
- Головин О.В. Двигательная активность детей.
- Головин О.В. Оздоровление дошкольника.
- Методические рекомендации «Мониторинг. Состояние физического здоровья детей и подростков системы учреждений дошкольного и среднего (полного) общего образования Новосибирской области.
- Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Рунова М. А. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений.
- Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Фурмина Л.С. Игры и развлечения детей на воздухе.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура — дошкольникам.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в младшей группе детского сада.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в средней группе детского сада.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в старшей группе детского сада.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в подготовительной группе детского сада.
- Крусева Т.О. Справочник инструктора.
- Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3 – 7 лет в ДОУ.
- Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы». Под ред. Вераксы Е.Н.
- Соколова Л. Играем на прогулке.
- Утробина К.К. Занимательная физкультура для дошкольников 5 – 7 лет.
- 365 Веселых игр для дошколят.
- Алексеева Л.М. Спортивные праздники и физкультурные досуги в ДОУ.
- Галанов А.С. Оздоровительные игры для дошкольников.
- Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта.
- Шебеко В. Н., Ермак Н. Н. Физкультурные праздники в детском саду.
- Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3–7 лет.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы во второй младшей группе.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе.
- Полтавцева Н.В., Гордова Н.А. Физическая культура в дошкольном детстве. Пособие для инструкторов и воспитателей работающих с детьми от 4 до 7 лет.