

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 17 Дзержинского района Волгограда»  
(МОУ детский сад № 17)


ПРИНЯТО:

На заседании Педагогического Совета  
МОУ детского сада № 17  
Протокол № 3 от 30.08.2022 г  
Председатель ПС

  
И.М. Машанина

УТВЕРЖДЕНО

Приказом заведующего  
МОУ детского сада № 17  
от 31.08.2022 № 99-од

  
И.М. Машанина  
«31» августа 2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по двигательной деятельности детей  
старшей группы (5 – 6 лет)  
на 2022– 2023 учебный год

Автор - составитель:  
Кудряшова Н.А.

срок реализации – 1 год  
г. Волгоград  
2022 год

# СОДЕРЖАНИЕ

## **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цели и задачи реализующей программы
- 1.3. Принципы построения программы по ФГОС
- 1.4. Возрастные и индивидуальные особенности детей
- 1.5. Планируемые результаты освоения программы

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

- 2.1. Содержание образовательной деятельности «Физическое развитие»
- 2.2. Проектирование образовательного процесса в соответствии с контингентом воспитанников, их индивидуальными и возрастными особенностями

## **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

- 3.1. Расписание непосредственно — образовательной деятельности
- 3.2. Календарно — тематическое планирование
- 3.3. Организации развивающей предметно – пространственной среды
- 3.4. Методическое обеспечение программы, средствами обучения и воспитания

## **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

### **1.1. Пояснительная записка**

Настоящая рабочая программа разработана с учётом основной образовательной программы МОУ детского сада № 17, на основе примерной образовательной Программы дошкольного образования «Детство» (авторы: Бабаева Т. И., Гогоберидзе А.Г., др.), в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ № 1155 Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года).

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) (с изм. И доп., вступ. в силу с 01.09.2020 г.)

- Федеральным законом от 31 июля 2020 года № 304 –ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

- Примерной основной образовательной программой дошкольного образования, одобренной решением Федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15).

- Примерной рабочей программы воспитания для образовательных организаций, реализующих образовательные программы дошкольного образования, одобренной решением Федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол № 2/21 от 1 июля 2021 года).

- Постановление Правительства Российской Федерации от 5 августа 2013 г. № 662 «Об осуществлении мониторинга системы образования»

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2013 № 30038)

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- СанПиН 1.2.3686-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (постановление Главного государственного санитарного врача от 28.01.2021 г. № 2).

- Уставом МОУ детский сад №17;

- Основной образовательной программой МОУ детского сада № 17

- Положением о структуре рабочей программе педагога МОУ детского сада № 17

Содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и выстроено по принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребёнка и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач.

Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательного процесса для дошкольников от 5-х до 6 лет. Программа направлена на формирование общей культуры. Укрепление физического и психического здоровья ребёнка, формирование основ безопасного поведения, двигательной и гигиенической культуры, а также обеспечивает социальную успешность детей.

Рабочая программа ориентирована на активное освоение детьми от 5-х до 6 лет разнообразных умений и соответствует принципу развивающего обучения.

Решение программных образовательных задач осуществляется в ходе режимных моментов, в рамках непосредственно - образовательной деятельности, в разных формах совместной деятельности взрослых и детей, а также в самостоятельной деятельности детей. Содержание рабочей программы включает интеграцию образовательных областей, которые обеспечивают разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по пяти образовательным областям: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Обучение детей строится как увлекательная игровая деятельность.

В основе Рабочей программы лежит комплексно - тематический принцип планирования с ведущей игровой деятельностью, в основу которого положена идея интеграции содержания образовательных областей, объединённых общей темой, т.к. интегрированный подход даёт возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности детей.

Программа предусматривает возможность корректировки её разделов.

**Срок реализации программы – 1 год (с 01.09.2022 г. по 31.05.2023 г.)**

## **1.2. Цели и задачи реализующей программы**

Программа содержит определенный подбор игр и физических упражнений для детей 4-х — 5 лет, который может быть реализован в разных формах и видах двигательной деятельности в детском саду и дома.

Цель программы - создать условия для удовлетворения потребности детей в двигательной активности, сформировать основы здорового образа жизни, направленные на укрепление здоровья, создание каждому ребенку в детском саду возможность для развития способностей, творческой самореализации. Программа направлена на развитие самостоятельности, познавательной и коммуникативной активности, социальной уверенности и ценностных ориентаций, определяющих поведение, деятельность и отношение ребенка к миру.

Это станет возможно, если взрослые будут нацелены на:

- развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учётом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей;
- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и в соответствующих возрасту видах деятельности;
- создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

### Задачи:

1. Охрана и укрепление здоровья детей.
2. Формирование у детей жизненно необходимых двигательных навыков в соответствии с индивидуальными способностями.
3. Создание условий для реализации двигательной активности
4. Воспитание потребностей в здоровом образе жизни
5. Обеспечение физического и психического благополучия

### **1.3. Принципы построения программы по ФГОС:**

- 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.

### **1.4. Возрастные и индивидуальные особенности детей старшей группы (5-6 лет)**

К шести годам рост детей достигает 116 см, масса тела – 21,8 кг; окружность грудной клетки – 56 – 57 см. Скелет ребёнка дошкольного возраста состоит преимущественно из хрящевой ткани, что обуславливает возможность дальнейшего роста. Однако мягкие и податливые кости под влиянием нагрузок изменяют форму. Избыточная и неравномерная нагрузка, связанная с длительным стоянием, хождением, переносом тяжестей и др., может отрицательно повлиять на развитие опорного скелета – изменить форму ног, позвоночника, свода стопы, вызвать нарушение осанки.

В этом возрасте сила мышц – сгибателей больше силы мышц – разгибателей, что определяет особенности позы ребёнка: голова слегка наклонена вперёд, живот выпячен, ноги согнуты в коленных суставах. Вот почему так важны и необходимы упражнения для мышц, удерживающих позу, и для мышц – разгибателей.

Медленно развиваются мелкие мышцы кисти. Только к 6-7 годам ребёнок начинает овладевать более сложными и точными движениями кисти и пальцев. Этому способствует упражнения с мячами и др. предметами.

В регуляции поведения детей шестилетнего возраста большую роль играет кора головного мозга. Масса головного мозга к 6 -7 годам достигает 1200 -1300 г, приближаясь к массе мозга взрослого человека. Однако внутреннее его строение и функциональные возможности имеют большие отличия. Для высшей нервной деятельности ребёнка характерны преобладание возбудительного процесса над тормозным и неустойчивость основных процессов нервной системы, которая особенно остро проявляется в трудный период адаптации к новым условиям. Большое значение имеют подвижные игры, эстафеты с элементами соревнований, целенаправленные физические упражнения. Они

способствуют улучшению функционального состояния высшей нервной деятельности ребёнка, в основе которой лежит образование условных рефлексов.

Развитие дыхательной системы характеризуется увеличением объёма лёгких и совершенствованием функции внешнего дыхания. Положительная динамика функции дыхания в большой мере связана с влиянием физических упражнений.

Артериальное давление у детей в связи с большей шириной сосудистого русла, большей эластичностью сосудов и меньшей нагнетательной способностью сердца ниже, чем у взрослых. Физические упражнения оказывают тренирующее воздействие на сердечно – сосудистую систему; под влиянием физических нагрузок вначале увеличивается частота пульса, изменяется максимальное и минимальное кровяное давление, улучшается регуляция сердечной деятельности. По мере тренировки реакция сердечно – сосудистой системы на физические нагрузки меняется, работа сердца становится более экономичной.

В течение всего дошкольного возраста, в связи с продолжающимся развитием органа зрения, устойчивость его к внешним воздействиям недостаточна. Повторяющееся неблагоприятное влияние факторов внешней среды, к которым глаз дошкольника весьма чувствителен, может привести к развитию дефектов зрения.

Двигательный анализатор участвует в формировании и совершенствовании самых разнообразных двигательных навыков, начиная с сидения, стояния, перемещения в пространстве и кончая сложными координационными движениями, такими, как сохранение равновесия, выполнение графических действий, точное речепроизношение и др.

У детей шестого года жизни значительно повышается уровень произвольного управления своим поведением. Умение управлять своим поведением оказывает воздействие на внимание, память, мышление. Отдельные физические упражнения, подвижные игры имеют конкретную цель – формирование, развитие этих свойств в процессе двигательной деятельности.

Формируются и интенсивно развиваются волевые качества у детей, а на их основе появляются новые потребности и интересы.

## **1.5. Планируемые результаты освоения программы в старшей группе**

### **Результаты образовательной деятельности.**

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений).

- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.

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

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

- Имеет представления о некоторых видах спорта.

- Умеренно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений.

- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.

- Мотивирован на бережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.

- Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.

- Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть рану, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

*Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей*

- Двигательный опыт ребенка беден (малый объем освоенных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений); плохо развита крупная и мелкая моторика рук.

- В двигательной деятельности ребенок затрудняется проявлять выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.

- В поведении слабо выражена потребность в двигательной деятельности.

- Не проявляет интереса к новым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при выполнении упражнений.

- Неуверенно выполняет упражнения, не замечает ошибок других детей и собственных. Интересуется простыми подвижными играми, нарушает правила, увлекаясь процессом игры.

- Слабо контролируют способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений, не проявляет интереса к проблемам здоровья и соблюдению своего поведения основ здорового образа жизни.

- Представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни поверхностные.

**1.3.** Ребенок испытывает затруднения в самостоятельном выполнении культурно – гигиенические навыков, в уходе за своим внешним видом, вещами и игрушками.

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. Содержание образовательной деятельности «Физическое развитие» в средней группе**

#### **Задачи образовательной деятельности:**

- Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.

- Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.

- Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни.

- Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

#### **Содержание образовательной деятельности**

*Порядковые упражнения.* Построение в колонну по одному по росту. Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте.

*Общеразвивающие упражнения.* Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе

(медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты.

*Основные движения:* Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подводящие упражнения. Ходьба с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного).

*Бег.* Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5х3=15)), ведение колонны.

*Бросание, ловля, метание.* Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании.

*Ползание, лазанье.* Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек.

*Прыжки.* Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед), вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (вспрыгивание на высоту 15—20 см.). Сохранение равновесия после вращений, или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности.

*Подвижные игры:* правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия.

## **2.2. Проектирование образовательного процесса в соответствии с индивидуальными и возрастными особенностями в старшей группе**

Оптимальные условия для развития ребёнка – это продуманное соотношение свободной, регламентированной и нерегламентированной (совместная деятельность педагогов и детей, самостоятельная деятельность детей) форм деятельности ребёнка.

Образовательная деятельность вне организованных занятий обеспечивает максимальный учёт особенностей и возможностей ребёнка, его интересы и склонности. В течение дня во всех возрастных группах предусмотрен определённый баланс различных видов деятельности.

Образовательная деятельность вне организованных занятий обеспечивает максимальный учёт особенностей и возможностей ребёнка, его интересы и склонности. В течение дня во всех возрастных группах предусмотрен определённый баланс различных видов деятельности.



Возраст детей	Регламентированная деятельность (НОД)	Нерегламентированная деятельность, час	
		Совместная деятельность	Самостоятельная деятельность
5 – 6 лет	2 по 25 мин.	7	3 – 3,5

Максимально допустимый объём недельной образовательной нагрузки, включая реализацию дополнительных образовательных программ, для детей дошкольного возраста составляет:

- в старшей группе (пятый год жизни) – 4 часа

Продолжительность непрерывной непосредственно - образовательной деятельности:

- в старшей группе (пятый год жизни) – не более 25 минут.

Максимально допустимый объём образовательной нагрузки в первой половине дня в старшей группе не превышает 75 минут (при условии, что одно занятие проводится во 2-й пол. дня).

В середине времени, отведённого на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерыв между непосредственно-образовательной деятельностью – 10 минут.

В дни летних каникул непосредственно образовательная деятельность проводится только по художественно-эстетическому и физическому развитию.

При планировании воспитательно – образовательной деятельности воспитатели и специалисты детского сада используют модель планирования в которую они включают совместную деятельность взрослого и детей с учётом интеграции образовательных областей, самостоятельную деятельность детей с использованием развивающей среды, взаимодействие с родителями, социальными партнёрами. В ДОУ разработано тематическое планирование на учебный год и на летний оздоровительный период.

При определении тематики недель учитывались доступность их детям, развивающий и воспитывающий характер, занимательность.

При планировании непосредственно – образовательной деятельности воспитатели и узкие специалисты ориентируются на ведущую тему месяца и тему недели. Тема недели прослеживается в подборе игр, бесед и т. д. при организации совместной деятельности с детьми, которая осуществляется в ходе режимных моментов, самостоятельной деятельности, работе с родителями.

#### **Материально – техническое обеспечение и оснащённость двигательной деятельности.**

- магнитофон
- наборы мягких модулей
- доска с ребристой поверхностью
- гимнастические скамейки
- шведская стена
- маты
- обручи
- мячи
- мячи - хопы
- гимнастические палки

- туннели
- «дорожки здоровья»
- скакалки
- мешочки для метания
- кубики
- кегли
- дуги
- канат
- флажки

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Расписание непосредственно — образовательной деятельности

Дни недели	группы	время
понедельник	№ 1 (2-я младшая)	9.00 – 9.15
	№ 8 (2-я младшая)	9.25 – 9.40
	№ 6 (средняя)	9.50– 10.10
	№ 10 (старшая логопедическая)	10.20 – 10.45
вторник	№ 9 (подготовительная)	10.55- 11.25
	№ 7 (подготовительная)	11.35- 12.05
	№ 2 (старшая)	9.00 – 9.25
	№ 3 (старшая)	9.35 – 10.00
	№ 4 (подготовительная)	10.40 – 11.10
среда	№ 1 (2-я младшая)	9.00 – 9.15
	№ 8 (2-я младшая)	9.25 – 9.40
	№ 6 (средняя)	9.50 – 10.10
	№ 5 (средняя)	10.20 – 10.40
	№ 11 (старшая)	10.50 – 11.10
четверг	№ 2 (старшая)	9.00 – 9.25
	№ 3 (старшая)	9.35 – 10.00
	№ 4 (подготовительная)	10.10 -10.40
	№ 5 (средняя)	9.00 – 9.20
пятница	№ 11 (старшая)	9.35 – 9.55
	№ 10 (старшая логопедическая)	10.15 – 10.40
	№ 7 (подготовительная)	10.50 – 11.20
	№ 9 (подготовительная)	11.30-12.00

**3.2. Календарно – тематический план в старшей группе  
Сентябрь.**

<b>недели</b>	<b>тема</b>	<b>задачи</b>	<b>ОРУ</b>	<b>ОВД</b>
1	«День знаний. Профессии. Безопасность»	развивать координацию движений в ходьбе, равновесие и ловкость	без предметов	ходьба по гимн. скамье с перешагиванием через предмет; допрыгивание до предмета; пролезание в обруч прямо и боком
2	«Осенняя пора, очей очарованье»	развивать ловкость, координацию и выносливость.	с мячом	перебрасывание мяча в шеренге двумя руками снизу; ползание по гимн. скамье на ладонях и коленях с мешочком; ходьба по канату приставным шагом боком; прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен
3	«Труд людей осенью»	развивать координацию, равновесие, скоростно–силовые качества	без предметов	ходьба по гимн. скамье прямо и боком с мешочком на голове; пролезание под дугами разной высоты; прыжки на двух ногах между предметами
4	«Мой город»	развивать глазомер, гибкость, ловкость, выносливость	с палками	перебрасывание и ловля мяча в шеренге после удара мяча о пол; перешагивание через бруски с мешочком на голове; прыжки боком через предметы; пролезание боком и прямо в обруч

<b>Танцевальные движения</b>	<b>Подвижные игры</b>
Изучение позиций рук и ног	« Старый еж» м/п «Мы весёлые ребята»
Шаг с носка, подскок с высокими коленями	«Две подружки» м/п «Листопад»
Пружинка	«Капуста – редиска» м/п «Охотники и зайцы»
Пружинка с поворотом	«Дом» м/п Эстафеты с мячом

**Календарно – тематический план для старшей возрастной группы.**

**Октябрь.**

<b>недели</b>	<b>тема</b>	<b>задачи</b>	<b>ОРУ</b>	<b>ОВД</b>
1	«Земля - наш общий дом»	развивать координацию движений в ходьбе, равновесие и ловкость	с султанчиками	ходьба по гимн. скамье боком приставным шагом, перешагивая через кубики; подлезание под дугу прямо и боком; прыжки на двух ногах через шнуры правым и левым боком
2	«Мир предметов и техники»	развивать ловкость, координацию и выносливость.	без предметов	передача мяча двумя руками от груди; ходьба по гимн. скамье на носках; подлезание в обруч с мячом; прыжки на одной ноге.
3	«Дорожная азбука»	развивать координацию, равновесие, скоростно–силовые качества	с обручами	ходьба на носках между предметами руки за голову; переползание через скамью; прыжки боком через палки.
4	«Труд взрослых. Профессии»	развивать глазомер, гибкость, ловкость, выносливость	без предметов	Ходьба по гимн. скамье боком, на середине присесть; ползание на четвереньках между предметами; прыжки на одной ноге; метание в горизонтальную цель правой и левой рукой

<b>Танцевальные движения</b>	<b>Подвижные игры</b>
Ковырялочка	«Старый еж» м/п «Караси и щука»
Подбивочка	«Светофор» м/п «Гуси-лебеди»
Упражнения на гибкость	«Тук – тук» м/п «Ловишка с мячом»
Упражнение для пластики рук	«Ручки – ножки» м/п «Пожарные на учениях»

**Календарно – тематический план для старшей возрастной группы.**

**Ноябрь.**

<b>недели</b>	<b>тема</b>	<b>задачи</b>	<b>ОРУ</b>	<b>ОВД</b>
1	«Наши добрые дела»	развивать гибкость, равновесие, ловкость и координацию движений	с палками	Ходьба по гимн. скамье перекладывая мяч; ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч; прыжки через бруски.
2	«Кто я? Что я знаю о себе?»	развивать меткость, ловкость, координацию и выносливость.	без предметов	Ходьба на носках между предметами, руки за голову; ползание с мешочком на спине; прыжки на правой и левой ноге между предметами.
3	«Поздняя осень»	развивать координацию, равновесие, скоростно–силовые качества	с гантелями	Ходьба по гимн. скамье на носках; подлезание под шнур боком; подпрыгивание с ноги на ногу вперёд
4	«Мир комнатных растений»	развивать глазомер, силу, ловкость, выносливость	без предметов	Перебрасывание мяча стоя на коленях из-за головы; ходьба по накл. доске прямо и боком; ползание с мешочком на спине; прыжки через шнуры.

<b>Танцевальные движения</b>	<b>Подвижные игры</b>	<b>Индивидуальная работа</b>	<b>Работа с воспитателем</b>
Партерная гимнастика	Эстафета «Кто быстрее?»	Ходьба приставным шагом	Закрепить прыжки в длину
Шаг польки	«Найди свой домик»	Прыжки на одной ноге	Метание мяча
Кружение в парах на носках	«Мы весёлые ребята»	Подскоки с продвижением вперёд	Прыжки с продвижением вперёд
Боковой галоп	Эстафета «Накрой на стол»	Бросание мяча из-за головы	Подбрасывание мяча вверх и ловля

**Календарно – тематический план для старшей возрастной группы.**

**Декабрь.**

<b>недели</b>	<b>тема</b>	<b>задачи</b>	<b>ОРУ</b>	<b>ОВД</b>
1	«Мальчики и девочки»	развивать координацию движений в ходьбе, равновесие и ловкость	с лентами	Ходьба и бег по накл. доске; ползание на четвереньках между предметами; прыжки на двух ногах между предметами.
2	«Зимушка-зима»	развивать ловкость, координацию и выносливость.	без предметов	Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; ходьба по гимн. скамье с перешагиванием через кубики; ползание по гимн. скамье на ладонях и коленях с мешочком; прыжки через бруски.
3	«Зимние чудеса»	развивать координацию, равновесие, скоростно–силовые качества	с обручами	Перешагивание через бруски с мешочком на голове; ползание по гимн. скамье на ладонях и коленях с мешочком; прыжки через шнуры правым и левым боком.
4	«Готовимся к новому году»	развивать глазомер, гибкость, ловкость, выносливость	без предметов	Ходьба по гимн. скамье боком и прямо с мешочком на голове; ползание на четвереньках между предметами; прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен.

<b>Танцевальные движения</b>	<b>Подвижные игры</b>	<b>Индивидуальная работа</b>	<b>Работа с воспитателем</b>
Шаг польки в паре	«Ловишка с мячом»	Ползание на четвереньках змейкой	Упражнять в прыжках, равновесии
Выпады вправо - влево	«Снежинки и ветер»	Бросание мяча от груди	Метание мяча
Боковой галоп со сменой направления	«Пограничники и нарушители»	Прыжки боком	Лазание по скамье
Движения для пластики рук	Эстафета «Бег на лыжах»	Ходьба приставным шагом	Подбрасывание мяча вверх и ловля

**Календарно – тематический план для старшей возрастной группы.**

**Январь.**

<b>недели</b>	<b>тема</b>	<b>задачи</b>	<b>ОРУ</b>	<b>ОВД</b>
2	«Неделя игры»	развивать ловкость, координацию и выносливость	без предметов	Перешагивание через бруски с мешочком на голове; ползание по гимн. скамье на ладонях и коленях с мешочком; прыжки через шнуры правым и левым боком.
3	«Неделя творчества»	развивать координацию, равновесие, скоростно–силовые качества	с гантелями	Ходьба по гимн. скамье на носках; подлезание под дугу прямо и боком; подпрыгивание на двух ногах вперёд, отталкиваясь от пола. Перебрасывание и ловля мяча в шеренге после удара мяча от пола.
4	«Неделя познания Зимушка хрустальная»	развивать глазомер, силу, ловкость, выносливость	без предметов	Ходьба между предметами, руки за голову; переползание через препятствия и подлезание под дугу; прыжки на двух ногах вперёд, ноги вместе – ноги врозь. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди.

<b>Танцевальные движения</b>	<b>Подвижные игры</b>	<b>Индивидуальная работа</b>	<b>Работа с воспитателем</b>
Шаг польки в паре	«У медведя во бору»	Ходьба приставным шагом	Подбрасывание мяча вверх и ловля
Кружение в парах на носках	«Охотники и зайцы»	Подлезание под дугу прямо и боком	Ловля мяча после удара от пола
Боковой галоп	«Хитрая лиса»	Забрасывание мяча в корзину от груди двумя руками	Прыжки на двух ногах вперёд ноги вместе – ноги врозь.

**Календарно – тематический план для старшей возрастной группы.**

**Февраль.**

<b>нед ели</b>	<b>тема</b>	<b>задачи</b>	<b>ОРУ</b>	<b>ОВД</b>
1	«Друзья спорта»	развивать координацию движений в ходьбе, равновесие и ловкость	с султанчиками	ходьба по гимн. скамье боком - на середине присесть; ползание на четвереньках с мешочком на спине; прыжки через модульные бруски. Забрасывание мяча в кольцо двумя руками из-за головы.
2	«Уроки вежливости и этикета»	развивать ловкость, координацию и выносливость.	без предметов	Ходьба с перешагиванием через шнур, высотой 40 см; подлезание под шнур боком не касаясь пола высотой 40 см; прыжок в длину с места. Подбрасывание мяча вверх и ловля одной рукой.
3	«Защитники Отечества»	развивать координацию, равновесие, скоростно–силовые качества	с обручами	Ходьба на носках между предметами руки за голову; пролезание в обруч прямо и боком; прыжки на двух ногах боком через шнуры. Метание в верт. цель одной рукой 3м.
4	«Неделя безопасности»	развивать глазомер, гибкость, ловкость, выносливость	без предметов	Ходьба по гимн. скамье боком, на середине присесть; ползание на четвереньках между предметами; прыжки на одной ноге.

<b>Танцевальные движения</b>	<b>Подвижные игры</b>	<b>Индивидуальная работа</b>	<b>Работа с воспитателем</b>
Ковырялочка	Эстафета «Кто быстрее?»	Забрасывание мяча в кольцо двумя руками из-за головы	Закрепить прыжки в длину
Подбивочка	«С кочки на кочку»	Подлезание под шнур боком	Метание мяча
Движения на гибкость	Эстафета «Разведчики»	Ходьба на носках между предметами, руки за головой	Прыжки с продвижением вперед
Движения для пластики рук	«Воробушки и автомобиль»	Ходьба боком приставным шагом	Подбрасывание мяча вверх и ловля



**Календарно – тематический план для старшей возрастной группы.**

**Март.**

<b>недели</b>	<b>тема</b>	<b>задачи</b>	<b>ОРУ</b>	<b>ОВД</b>
1	«Мамин день»	развивать координацию движений в ходьбе, равновесие и ловкость	с султанчиками	ходьба по канату с мешочком на голове; ползание на четвереньках между предметами; прыжки на двух ногах через шнуры боком.
2	«Юный гражданин. Наши права»	развивать ловкость, координацию и выносливость.	без предметов	Ходьба на носках между предметами, руки за голову; ползание с мешочком на спине; прыжки на двух ногах через бруски из модуля.
3	«Народная культура и традиции»	развивать координацию, равновесие, скоростно–силовые качества	с обручами	Ходьба по скамье на носках; ползание по скамье «По- медвежьи»; прыжок в высоту с разбега. Перебрасывание мяча стоя на коленях из-за головы.
4	«Неделя книги»	развивать глазомер, гибкость, ловкость, выносливость	без предметов	Ходьба по гимн. скамье боком, на середине присесть; подлезание под шнур боком, не касаясь пола; прыжки на одной ноге через линии.

<b>Танцевальные движения</b>	<b>Подвижные игры</b>	<b>Индивидуальная работа</b>	<b>Работа с воспитателем</b>
Ковырялочка	«Собери букет»	Ходьба приставным шагом	Закрепить прыжки в длину
Подбивочка	«Ловишка с мячом»	Ходьба на носках, руки за голову	Метание мяча
Движения на гибкость	«Охотники и зайцы»	Прыжки боком	Прыжки с продвижением вперед
Движения для пластики рук	«Караси и щука»	Метание в цель правой и левой рукой	Подбрасывание мяча вверх и ловля

**Календарно – тематический план для старшей возрастной группы.**

**Апрель.**

<b>недели</b>	<b>тема</b>	<b>задачи</b>	<b>ОРУ</b>	<b>ОВД</b>
1	«Растем здоровыми»	развивать гибкость, равновесие, ловкость и координацию движений	с палками	Ходьба по канату боком с мешочком на голове; пролезание в обруч прямо и боком; прыжки на двух ногах через палки боком ( 30 -40 см).
2	«Весна пришла»	развивать меткость , ловкость, координацию и выносливость.	без предметов	Ходьба по гимн. скамье на носках; метание в верт. Цель правой –левой рукой 3м; прыжки из обруча в обруч. Бросание мяча вверх и ловля двумя руками через хлопок.
3	«Космические просторы»	развивать координацию, равновесие, скоростно–силовые качества	с гантелями	Ходьба по гимн. скамье приставляя пятку к носку; лазание по гимн. стенке; прыжки на батуте.
4	«Добрые волшебники (опыты и эксперименты)»	развивать глазомер, силу, ловкость, выносливость	без предметов	Ходьба по гимн. скамье перекладывая мяч; ползание «по-медвежьи»; прыжки из обруча в обруч боком. Прыжки на скакалке.

<b>Танцевальные движения</b>	<b>Подвижные игры</b>	<b>Индивидуальная работа</b>	<b>Работа с воспитателем</b>
Партерная гимнастика	«Выше ноги от земли»	Пролезание в обруч боком	Прыжки боком на двух ногах
Шаг польки	«Ручейки и озёра»	Метание в верт. цель	Бросание мяча вверх и ловля двумя руками через хлопок
Кружение в парах на носках	«Быстрые ракеты»	Ходьба по скамье приставляя пятку к носку	Прыжки на одной ноге
Боковой галоп	«Салки с лентой»	Ползание по-медвежьи	Прыжки на скакалке

**Календарно – тематический план для старшей возрастной группы.**

**Май.**

<b>недели</b>	<b>тема</b>	<b>задачи</b>	<b>ОРУ</b>	<b>ОВД</b>
1	«День Победы. Мой город-герой!»	развивать координацию движений в ходьбе, равновесие и ловкость	с султанчиками	ходьба на носках между предметами, руки за голову; ползание по гимн. скамье на животе, подтягиваясь двумя руками; прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен. Прыжки через короткую скакалку.
2	«Юные путешественники»	развивать ловкость, координацию и выносливость.	без предметов	Ходьба по гимн. скамье, приставляя пятку к носку; пролезание в туннель; прыжки на двух ногах вперёд, ноги вместе- врозь.
3	«Семья и семейные традиции»	развивать координацию, равновесие, скоростно–силовые качества	с обручами	Ходьба боком, перешагивая через предметы; подлезание под дугами подталкивая мяч головой; прыжки в длину с места. Метание мешочка в гориз. цель.
4	«Путешествия по экологической тропе»	развивать глазомер, гибкость, ловкость, выносливость	без предметов	Ходьба по канату боком, пятки на канате, носки на полу на середине присесть; ползание «по - медвежьим»; прыжки на двух ногах через бруски. Ведение мяча баскет. вариант.

<b>Танцевальные движения</b>	<b>Подвижные игры</b>	<b>Индивидуальная работа</b>	<b>Работа с воспитателем</b>
Подскоки на месте	Эстафета «Знамя Победы»	Ходьба на носках руки за голову	Прыжки через короткую скакалку
Пружинка с поворотом	«Ловишка с мячом»	Ходьба приставляя пятку к носку	Прыжки вперёд ноги вместе - врозь
Движения на гибкость	«Пожарные на учении»	Метание мешочка в горизонт. цель	Прыжки в длину с места
Припадание	«Караси и щука»	Ползание «по-медвежьим»	Ведение мяча баскет. вариант.

### 3.3. Организация развивающей предметно – пространственной среды

Проектирование предметно-развивающей среды осуществляется на основе:

– требований нормативных документов;  
– реализуемой в ДООУ примерной основной образовательной программы дошкольного образования.

– Общих принципов построения предметно — пространственной среды (гибкого зонирования, динамичности-статичности, сочетания привычных и неординарных элементов, индивидуальной комфортности и эмоционального благополучия каждого ребёнка, учёт половых и возрастных различий детей).

Согласно ФГОС развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно – насыщенной. Наш зал насыщен оборудованием и материалом для двигательной активности: оборудование для ходьбы и бега (тренажёры, дорожки здоровья, модули и т.д.); для прыжков (модули, скакалки и т.д.); для бросания и ловли (мячи, мешочки ит.д); для ползания и лазания (шведская стена, туннели, модули, обручи и т.д.); для общеразвивающих упражнений (гимнастические палки, кегли, гантели, мячики и т.д.)

Зал оснащен техническими средствами обучения и воспитания (магнитофон)

Предметно – пространственная среда зала безопасна, оборудование соответствует требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

Предметно – пространственная среда зала доступна для всех воспитанников, в том числе и воспитанников с особыми возможностями здоровья и легко трансформируется в зависимости от образовательной деятельности и мероприятий детского сада.

Вариативность предметно – пространственной среды зала заключается в том, что физкультурное оборудование и атрибуты обеспечивают свободный выбор детей.

В образовательной деятельности «Физическое развитие» учитываются полоролевая специфика: детей делим на команду мальчиков и девочек, разная дозировка, атрибуты берут по цветам, спортивные игры (мальчики играют в футбол, а девочки в мяч), мальчики помогают убирать более тяжелое оборудование, а девочки легкий инвентарь.

В двигательной деятельности дети знакомятся с играми разных национальностей и культур РФ («Гуси - лебеди», «Юрта» (башкирская игра), «Подними платок» (дагестанская игра). Также уделяется много внимание на патриотическое воспитание посредством организованной деятельности, развлечений, праздников и досугов.

Периодически совместно с педагогами оборудование и инвентарь обновляется, меняется, изготавливается нестандартное оборудование своими руками (дорожки, ленты, мешочки).

### 3.4. Методическое обеспечение программы

#### Методическая литература.

1. Фитнес - Данс (Ж.Е. Фирилова, Е.Г. Сайкина, г. Санкт-Петербург "Детство - Пресс" 2007 г.)
2. Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет. (Е.А. Сочеванова, г. Санкт-Петербург, "Детство - Пресс" 2008 г.)
3. Конспекты - сценарий занятий по физической культуре для школьников (Н.Б. Муллаева, г. Санкт-Петербург, "Детство - Пресс" 2008 г.)
4. Корректирующая гимнастика для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата (М.Н. Ключева, г. Санкт-Петербург "Детство - Пресс" 2007 г.)
5. Физкультура - это радость спортивные игры с нестандартным оборудованием (Л.Н. Сивачева, г. Санкт-Петербург "Детство - Пресс" 2001 г.)
6. Организация Двигательной Деятельности Детей в Детском Саду (Т.Е. Харченко, Санкт-Петербург, "Детство - Пресс" 2010 г.)
7. Сафиданс танцевальная - игровая гимнастика для детей (Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина, г. Санкт-Петербург, "Детство - Пресс" 2001 г.)
8. Необычные физкультурные занятия для дошкольников. (Е.И. Подольская, Издание 2-е, Издательство "Учитель" . г. Волгоград)
9. Развитие эмоционально - двигательной сферы детей 4-7 лет. (Е.В. Михеева, Издательство "Учитель" г. Волгоград)
10. Формирование правильной осанки, коррекция плоскостопия у дошкольников. (Т.Г. Анисимова, С.А. Ульянова, Р.А. Ерёмкина, Издательство "Учитель" г. Волгоград)
11. Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ, практическое пособие (И.Е. Аверина, Айрис Дидактика г. Москва 2006 г.)
12. Развивающие игры быстрее, выше, сильнее ("Дельта" 1998 г.)
13. Сюжетно - ролевая ритмическая гимнастика. Методические рекомендации к программе по физическому воспитанию дошкольников. (Н.А. Фомина, Образовательная система Школа 2100, "Детский сад -2100, г. Москва 2005 г.)
14. Весёлая физкультура для детей и их родителей, занятия, развлечения, праздники, походы. (О.Б. Казина, Ярославль академия развития академия холдинг 2005 г.)
15. (Н.Н. Луконина, Л.Е. Чадова, "Айрис Пресс" г. Москва, 2006 г.) Физкультурные праздники в детском саду
16. Веселая физкультура для детей и их родителей, занятия, развлечения, праздники, походы. (О.Б. Казина, Ярославская академия развития 2005 г.)
17. В ритме музыки дышать веселее, музыкально - ритмическая дыхательная гимнастика для детей на основе методики Стрельниковой А.Н. (Н.А. Фомина, Государственный комитет РФ по физической культуре, спорту и туризму Волгоградская государственная академия физической культуры, г. Волгоград 2001 г.)
18. Игры на свежем воздухе для детей и взрослых. (Е.А. Ковалёва, " Рипол Классик Дом. 21 век, г. Москва 2007 г.)
19. Ритмическая мозаика. (А.И. Буренина, РЖ «Музыкальная палитра», 2012 г.)
20. Необыкновенные праздники (Л.А. Соколова, Сибирское университетское издание 2008 г.)
21. Спортивные праздники в детском саду (С.Н. Сапего 2007 г.)
22. Привет, ножки! Подвижные игры для детей 3-6 лет. (Клаус Фопель, "Генезис" г. Москва 2005 г.)
23. Н.Н. Ефименко «Театр физического развития».
24. Перспективное планирование физкультурных занятий с детьми 6-7 лет (А.Е. Занозина, С.Э. Гришанина, "Линка-Пресс, г. Москва 2008 г.)

25. Сценарии детских праздников ("Улыбка" г. Краснодар, 2010 г.)
26. Система организации физкультурно - оздоровительной работы с дошкольниками (Е.Н. Борисова, издательский дом "Панорама" 2007 г.)
27. Аэробика на все вкусы (Т.С. Лисицкая, "Просвещение"- "Владос" 1994 г.)
28. Занятия физической культурой в ДОУ (Л.Г. Горькина, Л.А. Обухова, Методическая библиотека, г. Москва 2005 г.)
29. Игры-эстафеты с использованием традиционного физкультурного инвентаря (Е.А. Сочеванова, г. Санкт-Петербург, "Детство - Пресс" 2010 г.)
30. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста (Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкин, Гуманитарный издательский центр "Владос" 1999 г.)
31. Физическая культура дошкольникам, средний возраст (Л.Д. Глазырина Гуманитарный издательский центр "Владос" 2000 г.)
32. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет (Л.И. Пензулаева, Москва "Просвещение" 1988 г.)
33. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста, Л.Д. Глазырина.
34. Физкультурные занятия с детьми 2-6 лет, Л.И. Пензулаева
35. «Праздники здоровья для детей 2-7 лет» Сценарии для ДОУ. М.Ю. Картушина.
36. «Утренняя гимнастика в детском саду». Методические рекомендации, Е.Н. Вареник
37. «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет», С.С. Прищепа.
38. «Как воспитать здорового ребенка», В.Г. Алямовская
39. «Обще развивающие упражнения в детском саду», П.П. Буцинская
40. «Школа Мяча», Н.И. Николаева.
41. «Книга о здоровье детей», М.Я. Студеникин.
42. «300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет», В.Л. Страковская.
43. «Утренняя гимнастика под музыку», Е.П. Иова.
44. «Физическая культура в детском саду, Т.И. Осокина
45. «Массаж- традиционный и нетрадиционный, А.М. Тюрин.
46. Т.И. Осокина «Физическая культура в детском саду».
47. «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста», Д.В. Хухлаева.
48. «Ради здоровья детей», Р.В. Тонкова
49. «Общеразвивающие упражнения в детском саду», Г.П. Лескова.
50. Методические рекомендации к проведению общеразвивающих упражнений во всех возрастных группах/с
51. «Фундамент здоровья - с детства», Л.А. Талер.
52. «Физическая культура для малышей», С. Я. Лайзане.
53. «Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста», Е.А. Тимофеева.
54. «Как воспитать здорового ребенка», С.С. Волкова.
55. «Игры с мячом и ракеткой». В.Г. Гришин.
56. «Общеразвивающие упражнения в детском саду», П.П. Буцинская
57. С. Я. Лайзане «Физическая культура для малышей».
58. В.Г. Гришин «Сердце в детском саду».
59. Г.П. Богданов «Школьникам - здоровый образ жизни».
60. А.В. Кенеман «Физическая подготовка детей 3 – 6 лет к занятиям в школе».
- Л.А. Талер « Фундамент здоровья - с детства»
61. Г.В. Хухлаева «Занятия по физической культуре с детьми 2-4 лет в малокомплектном детском саду».
62. Е.Н. Вавилова «Укрепляйте здоровье детей».
63. Д.В. Хухлаева «Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях».
64. В.Г. Фролов «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке».

65. В.Г. Гришин «Игры с мячом и ракеткой».
66. «Тематические физкультурные занятия и праздники в ДОУ».
67. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке».
68. «Зеленый огонек здоровья».
69. «Организация двигательной деятельности детей в детском саду».
70. Н.Б. Муллаева «Конспекты – сценарии по физической культуре».
71. Е.Ф. Желобкович «Физкультурные занятия в детском саду».
72. Е.Н.Борисова «Система организации физкультурно – оздоровительной работы с дошкольниками».
73. М.А. Павлова «Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения».
74. Е.В. Сулим «Занятия по физкультуре в детском саду».
75. М.Д. Маханева «С физкультурой дружить – здоровыми быть».
76. Т.В. Хабарова «Развитие двигательных способностей старших дошкольников».
- 77.М Рыбак « Раз, два, три (методическое пособие для дошкольных уч.)
- Антонов, Ю.Е., Кузнецова, М.Н., Саулина, Т.Ф. Здоровый дошкольник. Социально-оздоровительная технология 21 века: Пособие для исследователей и педагогических работников. - М.: Аркти, 2000.
- 78.Велитченко, В.К. Физкультура для ослабленных детей: методическое пособие. - М.: Терра-Спорт, 2000.
- 79.Доронина, М.А. Роль подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста /М.А. Доронина //Дошкольная педагогика. – 2007. - №4. – С.10-14.
- 80.Емельянова, М.Н. Подвижные игры как средство формирования самооценки /М.Н. Емельянова //Ребенок в детском саду. – 2007. - №4. - С.29-33.
- 81.Здоровье, формирующее физическое развитие. Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях, Кожухова, Н.Н. и др
82. Развивающая педагогика оздоровления /дошкольный возраст/ Кудрявцев, В.Т., Егоров, «Русские народные подвижные игры». - М.: Айри-Дидактика, 2003. Литвинова, М.Ф
83. Оздоровительные основы физических упражнений. - Назаренко, Л.Д.
- 84.Педагогическая диагностика по программе «Развитие»: Младший и средний дошкольный возраст.
- 85.Двигательныйигротренинг для дошкольников. Потопчук, А.А., Овчинникова, Т.С.
86. Педагогическая диагностика по программе «Развитие»: Старший дошкольный возраст.
- 87.Дошкольное воспитание «Активный отдых – физкультурные праздники и досуги». № 12 – 2001, стр. 30-34.
- 88..Дошкольное воспитание «Активный отдых – физкультурные праздники и досуги». № 12 – 2001, стр. 30-34.
- 89.Дошкольное воспитание «Джунгли зовут». № 7 – 2006, стр. 69-70.
90. Дошкольное воспитание «Новогодние праздники». № 12 – 2004, стр. 39-44.
91. Дошкольное воспитание «Активные формы отдыха». № 5 – 2007, стр. 35 – 39.
- 92.Дошкольная педагогика «Сценарий семейного физкультурно-оздоровительного праздника». № 5 – 2005, стр. 46-48.
93. Зацепина М.Б. Культурно-досуговая деятельность в детском саду по физкультуре. – М.: Мозаика-Синтез, 2006. – 64 с.
94. Зацепина М.Б., Антонова Т.В. Праздники и развлечения в детском саду. – М.: Мозаика-Синтез, 2006. – 136 с.
- 95.Печерская А.Н. Праздники в детском саду. – М.: Росмэн, 2000. – 79с.
96. Ребенок в детском саду «Спортивный праздник, посвященный Дню защиты детей». № 3 – 2003, стр. 68-69.

97. Ребенок в детском саду «Досуги на прогулке». № 5 – 2006, стр

98. Аксенова Н. Повышение уровня двигательной активности и дозировка физической нагрузки на физкультурных занятиях. // Дошкольное воспитание. - 2000. - №6. - с. 37-48.

99. Аршавский И.А. Ваш малыш может не болеть. - М., 1990

100. Бальсевич В.К. Физическая подготовка в системе воспитания культуры здорового образа жизни человека // Теория и практика физической культуры. - 1990. - №1. - с. 22 - 26.

101. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: пособие для воспитателей детского сада. - М.: Просвещение, 1981. - 96 с., ил.

102. Ванюшин В.С. Адаптация сердечной деятельности людей 5-7 лет к физическим нагрузкам различной мощности // Теория и практика физической культуры. - 1998. - №7. - с. 16-18

103. Введение в физическую культуру. - М., 1983.

104. Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам: Программа и программные требования. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. - 144с.

105. Данько Ю.И. Основы возрастной физиологии мышечной деятельности // Детская спортивная медицина / Под ред. С.Б. Тихвинского, С.В. Хрущева, - М., 1980.

105. Егоров Б. Развивающая педагогика оздоровления. Оздоровительно-воспитательная работа с детьми. // Дошкольное воспитание. 2001 - №12 - с. 11.

106. Замотаева Н. Организация физкультурных занятий по принципу круговой тренировки. // Дошкольное воспитание. - 2001 - №5 - с. 36-48.

107. Здоровьесберегающее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001 - 336 с.

108. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века. (Авторы - составители: Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф.) изд. 2-е испр. и доп. - М.: АРКТИ, 2001 - 80с.

109. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ/под ред. З.И. Берсневой. М.: ТЦ СФЕРА 2004- 32с.

110. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М.; 1978

111. Кильпио Н.Н. 80 игр для детского сада. М.: 1973

112. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (средний возраст): Программно-методическое пособие. М.: ЛИПКА -ПРЕСС, 2000-296с.

113. Кудрявцев В.Т. Физическая культура и развитие здоровья ребенка (Психолого-педагогические основы). // Дошкольное восп. - 2004 - №1-4.

114. Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей дошкольных образовательных учреждений: Пособие для медработников и воспитателей. - М.: АРКТИ, 2003 - 64с.

115. Кузнецова М.Н. Современные пути оздоровления дошкольников. // Дошкольное восп. - 2002. - № 11. - с. 14-19

116. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - М., 1991.

117. Набатникова М.Я. Физиологическая оценка нагрузки при развитии физических качеств школьников // Физическая культура в школе. - 1986. №2. - с.35-39.

118. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. - 3-е изд. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. - кн.2: Психология образования. - 680с.

119. Осокина Т.И. и др. Игры и развлечения детей на воздухе / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Л.С. Фурмина. - 2-е изд., дораб. - М.: Просвещение, 1983-224с.

120. Осокина Т.И. и Тимофеева Е.А. Физические упражнения и подвижные игры для дошкольников. 2-е изд., дораб. - М.: Просвещение, 1971.



121. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. - М.: 1986.
122. Педагогика. Учебное пособие для студентов педагогических вузов и пед. колледжей. / Под ред. П.И. Пидкасистого. - М.: Педагогическое общество России, 2002 - 640с.
123. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 2-7 лет. М.: 1988.
124. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. - 112с.
125. Попов Г.Г. Зависимость эффективности физкультурной деятельности дошкольников от уровня их интенсивности // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2004. - №4. - с. 55-57.
125. Прищепа С., Попкова П., Коняхина Т. Как продиагностировать физическую подготовленность дошкольников // Дошкольное воспитание 2004. - №5. - с. 63-71.
126. Программа воспитания и обучения в детском саду. / Под ред. М.А. Васильевой. М., 1985. - 174с.
127. Рунова М.А., Гронец И. Занятия - игры по физической культуре (в летнее время) // Дошкольное воспитание - 2002. - №6. - с. 30-36.
128. Рунова М.А. Дошкольные учреждения: оптимизация режима двигательной активности // Дошкольное воспитание - 1998. - №6. - с. 81-86. 34. Рунова М.А. Помогите ребенку укрепить здоровье. // Дошкольное воспитание. - 2004 - №9 - с. 88-92.
129. Рунова М.А. Формирование оптимальной двигательной активности (среднего дошкольного возраста) // Дошкольное воспитание. - 2000 - №6 - с. 30-37.
130. Сказочный театр физической культуры (Физкультурные занятия с дошкольниками в музыкальном ритме сказок) / Авт.- сост. Н.А. Фомина и др. - Волгоград: Учитель, 2003-96с.
131. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2001 - 368с.
132. Теория и методика физического воспитания: Учебник для ин-тов физ. культуры. / Под ред. Л.П. Матвеева, А.Д. Новикова, т2-М.: ФиС 1976. 256с.
133. Физическая подготовка детей 5-6 лет к занятиям в школе: (из опыта работы) / Под ред. А.В. Кенеман и др. - М., 1980. - 144с.
134. Фролов В.Г., Юрко Г.П. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста: Пособие для воспитателя детского сада. - М.: Просвещение. 1983 - 191 с.
135. Шарманова С.Б., Калугина Г.К. Оздоровительная направленность художественной гимнастики в физическом воспитании детей дошкольного возраста. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2004. - №2. - с. 9-12.
136. Шарманова С.Б., Федоров А.И. Инновационные подходы в физическом воспитании детей дошкольного возраста // Физическая культура: Воспитание, образование, тренировка. - 2004 - №4. - с. -51 -54.
137. Шарманова С.Б., Федоров А.И., Лапина Н.Круговая тренировка в физическом воспитании детей. // Дошкольное воспитание. 1998 - №6 - с. 47-50.
138. Шишкина В.А., Мащенко М.В. Какая физкультура нужна дошкольнику: кн. для воспитателей детского сада и родителей - 2-е изд. М.: Просвещение, 2000 - 79 с.
139. Якунина С. Ритмическая гимнастика // Дошкольное воспитание. - 2003. - № 10. - с. 64-71