

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ

**ДЕТСКИЙ САД «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ»**

г. Салехард, ул. Юрия Юнкерова (Обдорский Мкр.), д. 5, Ямало-Ненецкого автономного округа, 629003,  
e-mail [mdou2@edu.shd.ru](mailto:mdou2@edu.shd.ru), телефон/факс: 8-(34922) 5-17-55 ИНН/КПП 8901039287/890101001

**РИНЯТА:**

на педагогическом совете  
МДОУ «Детский сад «Северное сияние»  
протокол №1 от «30» августа 2022 г.

**СОГЛАСОВАНА:**

методистом детского сада  
МДОУ «Детский сад «Северное сияние»  
Бажеников Ю.А.

**УТВЕРЖДЕНА:**

Приказом заведующего  
МДОУ «Детский сад «Северное сияние»  
№ 221-о от «01» сентября 2022  
Осипова М.В.



**СОГЛАСОВАНА:**

Заместителем заведующего по ВМР  
МДОУ «Детский сад «Северное сияние»  
Баталова И.В.

*И.В. Баталова*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
Инструктора по физической культуре



*составлена в соответствии с требованиями  
Федерального государственного образовательного стандарта  
дошкольного образования.*

Срок реализации рабочей программы  
2022-2023 учебный год

Программу разработал:  
Инструктор по ФК  
Игнатенко М.Н.

Ямало-Ненецкий АО

г. Салехард 2022 год

## **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

1. Пояснительная записка
2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы
3. Основания разработки рабочей программы
4. Возрастные особенности детей группы
5. Целевые ориентиры
6. Срок реализации программы.

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

Содержание психолого-педагогической работы по образовательным областям

1. Вторая группа раннего возраста (1,6-3 года)
2. Младшая группа (3-4 года)
3. Средняя группа (4-5 лет)
4. Старшая группа (5-6 лет)
5. Подготовительная к школе группа (6-7 лет)
6. Организация и формы взаимодействия с родителями.

## **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

1. Режим пребывания детей в группе
2. Примерная сетка НОД
3. Особенности организации РППС
4. Методическое обеспечение Рабочей программы

# І. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1. Пояснительная записка

Данная рабочая программа является документом образовательного учреждения, характеризующей систему организации физической культуры педагога. Она разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (Приказ № 1155 от 17 октября 2013 года) и предназначена для использования в дошкольных образовательных организациях.

Рабочая программа по физическому воспитанию и развитию дошкольников представляет внутренний нормативный документ и является основанием для оценки качества физического образовательного процесса в детском саду.

Физическое воспитание в ДОУ осуществляется на основе программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.

Рабочая программа показывает, как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей физического развития детей дошкольного возраста педагог создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с федеральными государственными требованиями.

В условиях дошкольного образования и с учетом его специфики данная система (модель) представляет собой оптимальные психолого-педагогические условия, обеспечивающие становление общечеловеческих ценностей, базиса личностной культуры, социальную успешность ребенка дошкольного возраста.

Составляющими этих условия являются:

- У содержательные условия;
- У организационные условия;
- У технологические условия (принципы, методы, приемы);
- У материально-технические условия (развивающая среда);
- У социокультурные условия (взаимодействие с родителями, социальными партнерами различных социокультурных институтов);
- У диагностические условия.

В данной рабочей программе представлено перспективное планирование, разработанное на основе значений о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей дошкольного возраста.

Система оздоровительных мероприятий предусматривает:

- У охрану и укрепление здоровья детей,
- У полноценного физического развития ребенка,
- У различной двигательной деятельности,
- У привитие стойкого интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Структура физкультурных занятий общепринята: занятие состоит из вводной, основной и заключительной частей. Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие, а так же охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих специфических задач:

- У развитие физических качеств;
- У накопления и обогащение двигательного опыта детей;
- У сохранения и укрепление физического и психического здоровья детей;

У формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

В программе также выделены оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания. Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание у него бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов; совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной активности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно - волевых качеств. Программа предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, последовательное обучение движениям и двигательным действиям: правильной ходьбе, бегу, умению прыгать с места, разным видам метания, лазанья, различным движениям с мячами. Важными задачами программы является воспитание физических качеств, развитие координации, равновесия, умения ориентироваться в пространстве. В физическом воспитании большое место отводится физическим упражнениям, которые проводятся в игровой форме. Занятия физической культурой в дошкольном возрасте призваны удовлетворить биологическую потребность растущего организма в двигательной деятельности, давать ребенку возможность ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом. Эффективность учебно-воспитательного процесса во многом определяется планированием, которое призвано обеспечить не только последовательное, рациональное распределение программного материала, но и освоение, а также непрерывное совершенствование выполнение всех видов физических упражнений.

Рабочая программа имеет **цель** - формирование у детей интереса к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие, содействие укреплению здоровья и профилактике нарушений функций опорно-двигательного аппарата, а также приобщению детей к культуре народов Севера в процессе активного их участия в народных играх и состязаниях. Программа способствует решению следующих **задач**:

- содействовать привитию интереса и потребности к повседневным занятиям подвижными играми, физическими упражнениями, спортом, как одному из условий здорового образа жизни;
- обучить правилам поведения в процессе коллективных действий;
- воспитывать чувство коллективизма, целеустремлённости, самостоятельности, ответственности за свои действия;
- развивать двигательную активность в народных играх и состязаниях;
- формирование безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем;
- создание в процессе образовательной деятельности по физическому развитию педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки, побуждение детей к самооценке действий и поведения сверстников;
- привлечение детей к расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования;
- активизация мышления детей, организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве, подвижных игр и упражнений, закрепляющих знания об окружающем;
- побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной активности;
- организация игр и упражнений под тексты стихотворений, считалок;

- привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя, оформления помещения; использование на занятиях физкультурой изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания);
- организация ритмической гимнастики, игр и упражнений под музыку, пение.

## **2. Принципы и подходы к формированию программы**

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора принципов, подходов, методов в воспитании и развитии детей. Данная программа построена на основе качественного подхода к проблеме развития психики ребенка. Качественный подход постулирует, что психика ребенка обладает качественно другими характеристиками, чем психика взрослого человека, и лишь в процессе онтогенетического развития она начинает обладать характеристиками взрослой особи. Это положение развивается в трудах двух крупнейших психологов XX столетия - Льва Семеновича Выготского и Жана Пиаже.

**Возрастной подход.**

Возрастной подход к развитию психики ребенка учитывает, что психическое развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста.

**Личностный подход.**

Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами.

Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие. Исходя из положения, что в основе развития лежит прежде всего эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Идея о поступательном развитии ребенка главным образом за счет его личностного развития принципиально противоположна господствующим в современной педагогике идеям о приоритете интеллектуального развития.

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

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

—» Принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно - оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

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

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

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

### **3. Основания разработки рабочей программы.**

Рабочая программа предусматривает организацию и проведение работы по физическому развитию с детьми от 1,6 до 7 лет

Рабочая программа составлена на основе:

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" (от 29.12.2012 N 273-ФЗ).
2. Закон автономного округа "Об образовании в Ямало-Ненецком автономном округе" (от 27.06.2013 № 55-ЗАО).  
ФС по надзору в сфере защиты прав потребителя и благополучия человека).
3. Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
4. Устав МБДОУ «Детский сад «Северное сияние».

Распределение тематики занятий по неделям достаточно вариативно, его можно перемещать в зависимости от педагогической ситуации. Педагогу, работающему в группе, следует доверять собственному опыту, интуиции, опираясь на возможности детей. В течение недели осуществляется разнообразная комплексная работа, последовательность проведения которой педагоги, ориентируясь на представленную табличную форму, могут варьировать. Рабочая программа представлена в виде комплексно-тематического планирования с использованием следующих областей развития:

- физическое развитие.

**Реализация рабочей программы** осуществляется через регламентированную и нерегламентированную формы обучения:

- различные виды занятий (комплексные, доминантные, тематические, авторские);
- самостоятельную досуговую деятельность (нерегламентированная деятельность).

Специально подобранный музыкальный репертуар позволяет обеспечить рациональное сочетание и смену видов музыкальной деятельности, предупредить утомляемость и сохранить активность ребенка на музыкальном занятии.

Все занятия строятся в форме сотрудничества, дети становятся активными участниками музыкально-образовательного процесса. Учет качества усвоения программного материала осуществляется внешним контролем со стороны педагога- музыканта и нормативным способом. В целях проведения коррекционной работы проводится пошаговый контроль, обладающий обучающим эффектом.

Занятия проводятся 2 раза в неделю.

#### **Нормативная база**

Рабочая программа составлена с учётом основных документов Правительства РФ,

Министерства образования и науки РФ, законов ЯНАО:

Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" (от 29.12.2012 N 273-ФЗ). Закон автономного округа "Об образовании в Ямало-Ненецком автономном округе" (от 27.06.2013 № 55-ЗАО).

СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания». Постановление от 28 января 2021 года N 2)

СанПиН 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление от 28 сентября 2020 года N 28)

СанПиН 2.4.3590-20«Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (Постановление от 27 октября 2020 года N 32)

Программа разработана в соответствии с нормативными правовыми документами:

- **Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;**
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155) (далее - ФГОС); с изменениями от 21 января 2019 г. Конституцией РФ ст.43, 72;
- **Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».**
- Конституцией РФ ст.43, 72;
- Конвенцией о правах ребенка (1989 г.)
- **Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;**
- **Устав МБДОУ «ДС «Северное сияние»**
- **Основная образовательная программа дошкольного образования МБДОУ «ДС «Северное сияние»**
- **Инновационная общеобразовательная программа дошкольного образования**
- «От рождения до школы» (под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой)(издание пятое, Мозаика-Синтез, 2019)

Рабочая программа по разделу «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие» для детей от 1,6 до 8 лет составлена на основе Основной образовательной программы дошкольного образования «Детского сада «Северное сияние»

Рабочая программа ориентирована на использование учебно-методического комплекта:

Л.И. Пензулаевой «Физическая культура в детском саду».

Рабочая программа рассчитана на следующее количество непосредственно образовательной деятельности:

| НОД              | 1,6 - 3 года | 3 - 4 года | 4 - 5 лет | 5 - 6 лет | 6 - 7 лет |
|------------------|--------------|------------|-----------|-----------|-----------|
| Длительность     | 10 мин       | 15 мин     | 20 мин    | 25 мин    | 30 мин    |
| Количество в год | 108          | 72         | 72        | 72        | 72        |

#### 4. Возрастные особенности детей от 1,6 до 7 лет

##### Вторая группа раннего возраста (от 1,6 до 3 лет)

К дошкольному возрасту дети, как правило, хорошо управляют своим телом. Они постоянно находятся в движении, они — непоседы. Именно эта непоседливость помогает ребенку познавать окружающий мир. А потому физическая активность столь же важна для умственного развития, как и любая игра. Движение— это естественная потребность ребенка, особенно 2- и 3-летнего. Если последить за таким малышом, то можно увидеть, что он все время активен, старается сделать все сам, помочь взрослым. Ему это просто необходимо — шумные подвижные игры, бег, лазание, подскоки. Правда, еще не все у него умело получается. Поэтому наша главная задача — научить малыша более совершенным движениям, развивать его двигательные умения, учить более сложным действиям. Это позволяет одновременно формировать такие личностные качества, как сообразительность, воля, настойчивость, и приучать к дисциплине. Правильное физическое воспитание, начатое с самого раннего возраста, вырабатывает у ребенка привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями, воспитывает любовь к спорту, привычку к здоровому образу жизни. Немного о развитии движений. От 1 года до 3 лет у малыша практически надо развивать все основные движения. Он как будто все умеет, но действует еще неуверенно и порой неловко. Прежде всего, обращать внимание на ходьбу. Ее необходимо совершенствовать в течение второго и даже третьего года. Не думайте, что после того, как ребенок встал на ноги, все пойдет само собой. У детей в отличие от животных очень мало врожденных двигательных рефлексов. Подавляющее большинство двигательных навыков возникает у них в результате обучения. И обучать надо систематически и настойчиво, опираясь на уже достигнутые успехи и согласия занятия с возрастными особенностями ребенка. От правильного физического воспитания в этом возрастном периоде во многом зависит дальнейшее успешное развитие малыша.

##### Младшая группа (от 3 до 4 лет)

На четвертом году жизни у ребенка возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время его внимание неустойчиво, он отвлекается и часто переходит от одного вида деятельности к другому. Продолжает усложняться и развиваться творческая ролевая игра. В связи с возникновением разнообразных форм совместных игр создаются благоприятные условия для коллективных взаимоотношений детей. В этом возрасте ребенок обладает уже сравнительно



большим запасом двигательных умений и навыков, но он еще не заботится о результатах своих действий, поглощен самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают все более преднамеренный характер. Ребенок уже в состоянии повторять движение по своему усмотрению или по предложению воспитателя, различать некоторые его способы, соблюдать нужное направление. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребенок может соблюдать определенную их последовательность. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребенок более сознательно следит за воспитателем, когда он дает образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий. К концу четвертого года жизни у ребенка уже имеется довольно большой и прочный запас разнообразных движений и их сочетаний, который обуславливает свободу самостоятельных действий и уверенность в себе. Это позволяет перейти к работе над качественной стороной движений, а также заботиться о развитии ловкости.

### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

Ребенок пятого года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испробовать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но еще не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в неспособности выполнения двигательного действия, ребенок проделывает его лишь в общих чертах, но добиваясь завершения. Но при этом он искренне убежден в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Ведущие элементы техники разных способов бега, прыжков, метания, действий с мячом, передвижение на лыжах, коньках и пр. не могут быть освоены ребенком и применены продуктивно, если у него недостаточно развиты ловкость, координация и точность движений, быстрота, сила, выносливость, гибкость, а также способность сохранять устойчивое положение тела в самых различных условиях. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определенных волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

### **Старший возраст (от 5 до 6 лет)**

Двигательная деятельность ребенка становится все более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. На шестом году жизни ребенка его движения становятся все более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний воспитателя, пытаются освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво

преодолевают трудности. Растет уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путем целенаправленного развития двигательных качеств. В результате регулярных занятий физической культурой, организованных воспитателем и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. В двигательной деятельности у дошкольников складываются более сложные формы общения со взрослыми и между собой. У ребенка развивается чувство уважения к старшим, стремление подражать им, появляется желание помочь другому, чему-то научить. При этом существенное значение имеет направленность на достижение коллективного результата движения, игры. Достижимый в старшей группе уровень развития детей в большей мере определяет готовность к учению в школе и перспективы дальнейшего совершенствования.

### **Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

Дети шести лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребенок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На седьмом году у ребенка возрастает способность к развлечению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соответствии частей тела, когда человек бежит, идет на лыжах, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направления движения, смену темпа, ритма. Ребенок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Все это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведет к овладению детьми техникой сложных координации движений. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками (последнее особенно свойственно мальчикам). Очень ценно, что дети уже понимают значение упражнений для совершенствования движений. Они целенаправленно повторяют упражнения, проявляя большую выдержку и настойчивость. Регулярные занятия в предыдущие годы способствуют увеличению показателей физической подготовленности детей. В этих показателях отражаются степень развития физических качеств, функции равновесия и работоспособности. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Одним больше нравится бегать и прыгать, другим - играть с мячом и т.д. Нередко для ребенка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются. Поддерживая индивидуальные интересы воспитанников, педагог должен следить, чтобы программное содержание, предусматривающее всестороннюю двигательную подготовку детей, осваивалось всеми

## **5. Целевые ориентиры**

Особенности образовательного процесса предполагают различные виды и формы работы с детьми: подвижные игры, игровые упражнения, игровые, сюжетные задания, круговые тренировки, задания - зачеты.

В условиях Севера забота о здоровье детей, их физическом развитии, снижении заболеваемости очень важна. В неблагоприятных климатических условиях снижается двигательная активность, что отрицательно складывается на общем и физическом развитии детей, поэтому надо стремиться к тому, чтобы подвижная игра прочно вошла в их повседневную

жизнь. Эта форма деятельности наиболее близка и понятна детям, она вызывает у них яркие эмоциональные переживания.

Разумеется, игры должны быть доступны детям, вызывать у них интерес и радость. Очень важно предварительно знакомить детей с содержанием и правилами игры. При этом объяснение надо сочетать с показом движений: как правильно бегать, метать, прыгать.

Таким образом, северные народные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой начальный этап формирования личности, сочетающей в себе положительные нравственные качества, физическую активность и оказывают огромное влияние на формирование здоровья детей.

Принципы отбора основного и дополнительного содержания связаны с преемственностью целей образования при переходе от одной возрастной группы к другой, интеграцией образовательных областей, а также с возрастными особенностями развития воспитанников.

### **Вторая группа раннего возраста (от 1,6 до 3 лет)**

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.

Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т.п.).

### **Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать

с него.

Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Учить спортивным играм и упражнениям.

### **Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

## **6. Срок реализации программы**

Рабочая программа составлена с учётом интеграции, содержание детской деятельности распределено по месяцам и неделям и представляет систему, рассчитанную на один учебный год.

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **Содержание психолого-педагогической работы образовательная область**

#### **«Физическое развитие»**

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

### **1. Вторая группа раннего развития (от 1,6 до 3 лет)**

—> Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

—> Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.

—> Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).

- > Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.
- > Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание).
- > Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. и.).

## **2. Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

- » Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
- » Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.
- » Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.
- » Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.
- » Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
- » Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.
- » Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.
- » Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.
- » Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.
- » Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.
- » Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

## **3. Средняя группа (4-5 лет)**

- » Формировать правильную осанку.
- » Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
- » Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
- » Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
- » Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места

учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

—» Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

—» Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

—» Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

—» Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

—» Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

—» Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

—» Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

—» Приучать к выполнению действий по сигналу.

#### **4. Старшая группа (5-6 лет)**

-» Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

—» Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

—» Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

—» Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

—» Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

—» Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

—» Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

—» Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

—» Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм эстафетам.

—» Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

—» Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны. Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

—» Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

—» Учить спортивным играм и упражнениям.

#### **5. Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)**

—» Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

—» Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

—» Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

—» Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

—» Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.



- » Добиваться активного движения кисти руки при броске.
- » Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.
- » Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
- » Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
- » Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
- » Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.
- » Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.
- » Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. —» Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.
- » Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

**Подвижные игры.** Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

- » Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.
- » Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

## **6. Организация и форма взаимодействия с родителями.**

### **Основные цели и задачи**

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

Ведущая цель — создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада. Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей:

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
- знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;

- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;

- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе, области);

- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

1. Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской ЯЦРБ, медицинским персоналом ДООУ и родителями. Ознакомление родителей с результатами.

2. Изучение условий семейного воспитания через анкетирование, посещение детей на дому и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка.

3. Формирование банка данных об особенностях развития и медико-педагогических условиях жизни ребёнка в семье с целью разработки индивидуальных программ физкультурно-оздоровительной работы с детьми, направленной на укрепление их здоровья. Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДООУ и семье: зоны физической активности, закаливающие процедуры, оздоровительные мероприятия и т.п.

4. Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей.

5. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ.

6. Тренинг для родителей по использованию приёмов и методов оздоровления (дыхательная и артикуляционная гимнастика, физические упражнения и т.д.) с целью профилактики заболевания детей.

7. Согласование с родителями индивидуальных программ оздоровления, профилактических мероприятий, организованных в ДООУ.

8. Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма.

9. Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений .

10. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.

11. Консультативная, санитарно-просветительская и медико-педагогическая помощь семьям с учётом преобладающих запросов родителей на основе связи ДООУ с медицинскими учреждениями.

12. Подбор и разработка индивидуальных программ (комплексов упражнений) для укрепления свода стопы, профилактики плоскостопия, осанки, зрения и т.д.с целью регулярного выполнения дома и в ДООУ.

13. Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ.

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **1. Режим пребывания детей**

Регламентирование образовательного процесса на неделю:

- продолжительность учебной недели - пять дней;

- общее количество занятий в неделю в группах:

от 2 лет до 3 лет - 2 занятия (продолжительность - 10 мин)

от 3 лет до 4 лет - 2 занятия (продолжительность - 15 мин)

от 4 лет до 5 лет - 2 занятия (продолжительность - 20 мин)

от 5 лет до 6 лет - 2 занятия (продолжительность - 25 мин)

от 6 лет до 7 лет - 2 занятия (продолжительность - 30 мин)

Перерыв между занятиями - 10 минут.

## 2. Примерная сетка НОД

| Группы                          | Понедельник  | Вторник                   | Среда       | Четверг     | Пятница                   |
|---------------------------------|--------------|---------------------------|-------------|-------------|---------------------------|
| 2 группа раннего возраста       |              | 15.25-15.35               |             | 15.25-15.35 | 16.05-16.15<br>(на улице) |
| Младшая группа                  | 0.9.45-10.00 |                           | 09.45-10.00 |             | 10.10-10.25<br>(на улице) |
| Средняя группа                  |              | 09.40-10.00               | 09.10-09.30 |             | 09.10-09.30               |
| Старшая группа                  | 09.00-09.25  | 16.30-16.55<br>(на улице) |             | 15.40-16.05 |                           |
| Подготовительная к школе группа |              | 10.20-10.50               | 10.20-10.50 |             | 09.50-10.20<br>(на улице) |

## 3. Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития.

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности)

| Помещение         | Вид деятельности                              | Участники  |
|-------------------|---|--|
| Физкультурный зал | Утренняя гимнастика                           | Инструктор по физической культуре, воспитатели, дети всех возрастных групп           |
|                   | Образовательная область "Физическое развитие" | Инструктор по физической культуре, воспитатели, дети всех возрастных групп           |
|                   | Спортивные праздники, развлечения, досуги     | Инструктор по физической культуре, воспитатели, дети всех возрастных групп, родители |

Материально - технические (пространственные) условия организации физической культуры детей дошкольного возраста:

1. Информационные папки;
2. Физкультурный зал;
3. Спортивные площадки, оснащенная спортивным инвентарем, оборудованием;
4. Участки детского сада оснащенные спортивным оборудованием.

Технические средства обучения

5. Колонка;
6. CD и аудио материал

Наглядно - образный материал

1. Иллюстрации и репродукции (спортсмены, виды спорта);

2. Наглядно - дидактический материал карточки «Виды спорта», «Я спортсмен»;
3. Игровые атрибуты для подвижных игр;
4. Картотека подвижных игр;
5. Картотека упражнений на дыхание;
6. «Сказочные герои» (воспитатели или дети, одетые в соответствующие костюмы).

#### **4.Методическое обеспечение рабочей программы**

- 1.Адашквичене Э.Й. «Баскетбол для дошкольников» «Просвещение» 1983г.
- 2.Бочарова Н.И. «Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста» Издательство «АРКТИ» 2002г.
- 3.Барышникова Т. «Игры на воздухе» ИЧП «Кристалл» 1998г.
4. Вареник Е.Н., Кудрявцева С.Г,СЕРГИЕНКО Н.Н. «Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет» Творческий центр «Сфера»,М 2007г.
5. Гайдаренко Е.П. «Нескучная энциклопедия - игры, забавы, развлечения для детей и взрослых» Издательство «Сталкер» 1997г.
6. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. «Занятия физической культурой в ДОУ» Методическая литература 2005 г.
7. Гришина Г.Н. «Любимые детские игры» Творческий центр «Сфера»
8. Громова О.Е «Спортивные игры для детей» творческий центр «Сфера» М,2002г.
  9. Казина О.Б. «Весёлая физкультура для детей и их родителей» Ярославль Академия Развития Академия Холдинг 2005г.
  10. Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» Москва «Просвещение» 1989г.
  - 11.Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. «Физические упражнения и подвижные игры», «Упражнения и игры с мячами» Москва Изд. НЦЭНАС 2006г.
  12. Литвинова М.Ф. «Русские народные подвижные игры» Москва «Просвещение» 1986г.
  13. Маханёва М.Д. «Воспитание здорового ребёнка» пособие для практических работников «Издательство АРКТИ» 1999г.
  14. Пензулаева. Л.И. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей», «Физкультурные занятия с детьми» Москва.» Просвещение» 2016 г.
  15. Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» Мозаика-синтез Москва 2018 г.
  16. Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика с детьми 3-7 лет» мозаика-синтез Москва 2017.