

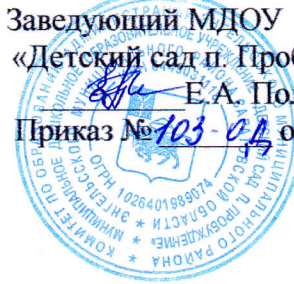
**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад п.Пробуждение»
Энгельсского муниципального района Саратовской области**

«ПРИНЯТО»

Советом педагогов МДОУ
«Детский сад п. Пробуждения»
протокол № 1 от 31.08 2020 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МДОУ
«Детский сад п. Пробужения»
 Е.А. Полинская
Приказ № 103-ОД от 09.10.2021.



ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
по реализации ООП ДО
образовательная область «Физическое развитие»
для дошкольных групп (с 4,6 до 6 лет)
на 2020-2021 учебный год

Разработчик программы:
инструктор по физической культуре
Тычкова Е.А.

г. Энгельс 2020 г.

Содержание рабочей программы

(старший дошкольный возраст 5-6 лет - гр.№ 5,6,10)

I Целевой раздел - Пояснительная записка

1.1.	Нормативно – правовое обеспечение	2
1.2	Цели и задачи программы	3
1.3.	Принципы и подходы формирования программы	3
1.4.	Возрастные особенности детей 5-6 лет	3
1.5	Планируемые результаты освоения программы	4

II Содержательный раздел

2.1	Содержание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие» направление «Физическая культура» с учетом используемых в ДОУ программ и методических пособий.	5
2.2.	Формы, способы, методы реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.	11
2.3.	Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов (<i>приложение №1</i>)	13
2.4.	Взаимодействие с семьей, с социумом	14
2.5.	Комплексно-тематический план (<i>приложение №2</i>)	
2.6.	Развёрнутый комплексно-тематический план (<i>приложение №3</i>)	
		15-21

III Организационный раздел

3.1.	Циклограмма непосредственно образовательной деятельности и утренней гимнастики	15
3.2.	Выписка из учебного плана - примерный допустимый объём образовательной нагрузки (раскасовка образовательной деятельности)	15
3.3.	Особенности организации развивающей предметно - пространственной среды спортивного зала и спортивных площадок	16
3.4.	Организация двигательного режима	17
3.5.	Культурно - досуговая деятельность (спортивные мероприятия)	18
3.6.	Программно - методическое обеспечение	19

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Пояснительная записка

Чтобы ребенок был здоров, ему просто необходимы физические упражнения. Для здоровья ребенка также очень важно, когда он научится определенным двигательным действиям, как будет их выполнять и сможет ли правильно использовать их в повседневной жизни. Своевременное развитие основных двигательных навыков почти так же важно, как и своевременное интеллектуальное развитие ребенка.

1.1. Нормативно-правовое обеспечение

Рабочая программа составлена для воспитанников старшей группы № 5,6,10 (5-6 лет) обще развивающей направленности, на основе федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее - ФГОС ДО), основной образовательной программы дошкольного образования МБДОУ «Детский сад п. Пробуждение» на 2018-2019 учебный год (далее – ООП ДО ДОУ) и нормативно – правовых документов:

- Федеральный закон «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 г. № 273 ФЗ);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 г. Москва от «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Зарегистрировано в Минюсте России 29 мая 2013 г. № 28564
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования » (Зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г. № 30384)
- 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)
- Устав МБДОУ «Детский сад п. Пробуждение» ЭМР Саратовской области;
- План работы МДОУ «Детский сад п. Пробуждение» на 2018-2019 учебный год;

Рабочая программа является обязательной частью основной образовательной программы дошкольного образования МДОУ «Детский сад п. Пробуждение» на 2018-2019 учебный год, составлена на основе программы «От рождения до школы» (под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой) и парциальной программы Пензулаевой Л.И. «Физическая культура в детском саду» старшая группа. - М.: «Мозаика-Синтез», 2015 г. представленной в обязательной части ООП ДО ДОУ. Вариативная часть программы в группе

обще развивающей направленности представлена на основе здоровьесберегающих технологий Картушиной М.Ю., Нищевой Н.В., Гоголевой М.Ю., Аксановой Т.Ю.- «Весёлая дыхательная гимнастика», «Игры для развития мелкой моторики», «Игровой самомассаж», «Артикуляционная гимнастика», «Упражнения на расслабление», а также технологий из программы по оздоровительно - развивающей гимнастике «Фитнес – Бэби» Курыгиной Н. И. и «Танцевальная ритмика для детей» Суворовой Т.Т.

1.2 Цель рабочей программы – планирование, организация и управление образовательным процессом по ОО «Физическое развитие».

Задачи:

- Конкретизировать цели и задачи образовательной деятельности с детьми;
- определить объем и содержание учебного материала, умений и навыков, которыми должны овладеть воспитанники;
- оптимально распределить учебное время
- предусмотреть решение образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, в самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов;
- способствует совершенствованию методики проведения непосредственно образовательной деятельности;
- активизировать познавательную деятельность воспитанников, развивать их творческих способностей
- отразить преемственность основных видов деятельности, которые обеспечивают реализацию федерального компонента и вариативной части учебного плана, учитывать региональный компонент;
- определить применение современных образовательных и информационных технологий.

1.3. Принципы и подходы в организации образовательного процесса

Программа основывается на комплексно – тематическом принципе построения образовательного процесса и **учитывает основные принципы:**

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства;
- индивидуализация дошкольного образования;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником образовательных отношений;
- сотрудничество с семьёй;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- обязательный учёт индивидуальных, половых, возрастных особенностей;
- возрастная адекватность дошкольного образования.

1.4. Возрастные особенности детей от 5 до 6 лет:

В старшем дошкольном возрасте происходит интенсивное развитие интеллектуальной, нравственно-волевой и эмоциональной сфер личности. В старшем дошкольном возрасте у детей хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие мышцы, особенно кистей рук, все еще слабы. Дошкольники осваивают дальнейшие представления о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур (для чего необходимо мыть руки, чистить зубы и пр.), закаливания, занятий спортом, утренней гимнастики, активного пребывания на свежем воздухе для укрепления здоровья. Формируется представление о гигиенических основах организации деятельности (необходимость достаточного освещения, свежего воздуха, правильной позы и пр.). Возрастают резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, особенно при проведении занятий на открытом воздухе и в беговых и прыжковых упражнениях. Необходимо приучать детей заботиться о собственном здоровье и здоровье окружающих, формировать элементарные представления о том, что полезно, а что вредно и почему. У старших дошкольников существенно повышается уровень произвольного управления своими движениями. У них появляется интерес к качеству выполнения движений и количественным показателям. Следует приучать детей осмысленно относиться к точному и правильному выполнению движений в соответствии с образцом. Особенно это важно при усвоении новых сложно-координированных двигательных действий: прыжков в длину и высоту с разбега, метания и др. Ранее освоенные движения целесообразно совершенствовать через многократное повторение действий в подвижных играх, играх-эстафетах. Важно при этом специально создавать условия для самостоятельной деятельности: иметь крупные и мелкие пособия и игры (кегли, серсо, бадминтон и др.), свободное пространство для бега, прыжков, метания, катания на велосипеде. Большое значение в этом возрасте имеет направленность на достижение коллективного результата при проведении подвижных игр, физических упражнений в соревновательной форме. В процессе коллективных игр и соревнований воспитатель учит детей проявлять уважение к товарищам, оказывать им необходимую помощь. Старшие дошкольники должны обладать знаниями о пользе физической культуры для здоровья. Последнее не менее важно, чем специальные мероприятия, так как это составляет основу здорового образа жизни ребенка. У детей старшего дошкольного возраста необходимо формировать представления о взаимосвязи природы и человека и влиянии окружающей среды на здоровье; о том, что полезно и что опасно для здоровья, о мерах предупреждения некоторых заболеваний, в том числе и инфекционных; об основах здорового образа жизни. Увеличиваются объем и интенсивность общеразвивающих упражнений. Наряду с упражнениями с гимнастическими палками, скакалками все шире применяются упражнения на гимнастических снарядах (стенках, скамейках, а также у бревна, дерева и т. д.), парные и групповые упражнения с обручами, шестами, веревками. При этом важно следить за точным соблюдением исходного положения, четким выполнением промежуточных и конечных поз, соответствием выполнения движений

заданном темпе. Объяснения и указания должны быть краткими, нацеленными на качественное выполнение упражнений: точность положений и направлений движения отдельных частей тела с хорошей амплитудой, должным мышечным напряжением. Следует помнить, что формирование двигательных навыков идет значительно быстрее, если упражнение повторяется многократно с незначительными перерывами.

Возрастная группа	старшая гр. №5 (5-6 лет)	
Кол-во детей в группе	21 человек	
Пол ребёнка	мальчики	11
	девочки	10
Группа здоровья	1 гр. здоровья	6
	2 гр. здоровья	14
	3 гр. здоровья	-
	4 гр. здоровья	1
Физкультурная группа	основная	19
	подготовительная	2
	специальная	-
Нарушения в физическом развитии	ЧБД	-
	Нарушения в опорно-двиг. аппарате	7
	Анамалия верхней конечности 2-3 пальца левой кисти	1

Возрастная группа	старшая гр. №6 (5-6 лет)	
Кол-во детей в группе	23 человека	
Пол ребёнка	мальчики	12
	девочки	11
Группа здоровья	1 гр. здоровья	6
	2 гр. здоровья	17
	3 гр. здоровья	-
	4 гр. здоровья	-
Физкультурная группа	основная	23
	подготовительная	-
	специальная	-
Нарушения в физическом развитии	ЧБД	-
	Нарушения в опорно-двиг. аппарате	6
	МАРС	5

Программа учитывает возрастные особенности детей данных групп, состояние здоровья, физическую подготовленность каждого ребёнка.

1.5. Планируемые результаты:

- *Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- *Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
- *Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см),
- *прыгать в обозначенное место с высоты 30 см,
- *прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см),
- *прыгать через короткую и длинную скакалку
- *Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском,
- *бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой,
- *отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м).
- *Владеет школой мяча.
- *Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- *Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге;
- *выполнять повороты направо, налево, кругом.
- *Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км;
- *ухаживает за лыжами.
- *Умеет кататься на самокате.
- *Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

II. Содержательный раздел

2.1 Содержание образовательной работы по образовательной области «Физическая культура» с учетом используемых в ДОУ программ и методических пособий.

Программа составлена в соответствии с направлениями развития ребенка, соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач. Целостность педагогического процесса в МДОУ «Детский сад п. Пробуждение» обеспечивается основной образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» Н.Е. Веракса, Т.С. Комарова М.А. Васильева Изд. МОЗАИКА-СИНТЕЗ, М.2015г. При составлении конспектов образовательной деятельности физической культурой, в части, формируемой участниками образовательных отношений, используется учебно-методический комплект «Физическая культура в детском

саду» Старшая группа Пензулаева Л.И. М.: «Мозаика – Синтез», 2015г. Вариативная часть программы в группе обще развивающей направленности представлена на основе здоровьесберегающих технологий Картушиной М.Ю., Нищевой Н.В., Гоголевой М.Ю., Аксановой Т.Ю.- «Весёлая дыхательная гимнастика», «Игры для развития мелкой моторики», «Игровой самомассаж», «Артикуляционная гимнастика», «Упражнения на расслабление», а также технологий из программы по оздоровительно - развивающей гимнастике «Фитнес – Бэби» Курыгиной Н. И. и «Танцевальная ритмика для детей» Суворовой Т.Т.

Физическое развитие:

Цель: гармоничное физическое развитие, формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, формирование основ здорового образа жизни

Задачи:

- ✓ Развитие физических качеств...
- ✓ Правильное формирование опорно – двигательной системы организма, развитие равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики
- ✓ Правильное выполнение основных движений
- ✓ Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта
- ✓ Овладение подвижными играми с правилами
- ✓ Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере
- ✓ Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни...

Направления физического развития:

1) Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности:

- ✓ связанной с выполнением упражнений;
- ✓ направленной на развитие таких физических качеств как координация и гибкость;
- ✓ способствующей правильному формированию опорно- двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики;
- ✓ связанной с правильным, не наносящим вреда организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

2) Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

3) Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Принципы физического развития:

1) Дидактические:

- ✓ систематичность и последовательность;
- ✓ развивающее обучение;
- ✓ доступность;

- ✓ воспитывающее обучение;
 - ✓ учет индивидуальных и возрастных особенностей;
 - ✓ сознательность и активность ребенка;
 - ✓ наглядность.
- 2) Специальные:
- ✓ непрерывность;
 - ✓ последовательность наращивания тренирующих воздействий;
 - ✓ цикличность.
- 3) Гигиенические:
- ✓ сбалансированность нагрузок;
 - ✓ рациональность чередования деятельности и отдыха;
 - ✓ возрастная адекватность;
 - ✓ оздоровительная направленность всего образовательного процесса;
 - ✓ осуществление личностно- ориентированного обучения и воспитания.

Методы физического развития:

- 1) Наглядные:
- ✓ наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
 - ✓ наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
 - ✓ тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя).
- 2) Словесные:
- ✓ объяснения, пояснения, указания;
 - ✓ подача команд, распоряжений, сигналов;
 - ✓ вопросы к детям;
 - ✓ образный сюжетный рассказ, беседа;
 - ✓ словесная инструкция.
- 3) Практические:
- ✓ Повторение упражнений без изменения и с изменениями;
 - ✓ Проведение упражнений в игровой форме;
 - ✓ Проведение упражнений в соревновательной форме.

Система физкультурно-оздоровительной работы

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Основные принципы физкультурно-оздоровительной работы:

- ✓ принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей
- ✓ принцип научности - подкрепление проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками
- ✓ принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего учебно - воспитательного процесса и всех видов деятельности

- ✓ принцип результативности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья
- ✓ принцип результативности и гарантированности - реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительных результатов независимо от возраста и уровня физического развития.

Основные направления физкультурно-оздоровительной работы

1. Создание условий

- ✓ организация здоровьесберегающей среды в ДОУ
- ✓ обеспечение благоприятного течения адаптации
- ✓ выполнение санитарно-гигиенического режима

2. Организационно-методическое и педагогическое направление

- ✓ пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов
- ✓ изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
- ✓ систематическое повышение квалификации
- ✓ определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.

3. Физкультурно-оздоровительное направление

- ✓ решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры
- ✓ коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом здоровье

Виды здоровьесберегающих технологий

технология	Совместная деятельность детей и взрослых
Технологии сохранения и Стимулирования здоровья	Подвижные и спортивные игры, ритмическая гимнастика, динамические паузы, упражнения на снятие мышечного напряжения, гимнастики (зрительная, дыхательно-звуковая, пальчиковая, после сна)
Технологии обучения Здоровому образу жизни	НОД, игры-занятия из серии «Здоровье», игровой самомассаж, коммуникативные игры
Коррекционные технологии	Технологии музыкального воздействия, психогимнастика, цветотерапия, речедвигательные упражнения, артикуляционная гимнастика, кинезиологические упражнения.

Старшая группа - ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

- *совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности;
- *продолжать формировать правильную осанку,
- * продолжать формировать умение осознанно выполнять движения;
- *развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.
- *совершенствовать двигательные умения и навыки детей;
- *закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры;
- * бегать наперегонки, с преодолением препятствий;
- *закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп;
- *совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега;
- * совершенствовать умение правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка;
- * совершенствовать умение прыгать на мягкое покрытие,
- * совершенствовать умение прыгать через длинную скакалку,
- * совершенствовать умение сохранять равновесие при приземлении;
- *закреплять умение сочетать замах с броском при метании,
- * закреплять умение подбрасывать и ловить мяч одной рукой,
- * закреплять умение отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе;
- *закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы;
- *кататься на двухколесном велосипеде;
- *кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой);
- * ориентироваться в пространстве;
- *знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- *развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений;
- *воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах;
- *продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество;
- *приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место;

*поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны;

***проводить один раз в месяц физкультурные досуговые мероприятия длительностью 25-30 минут;**

два раза в год — физкультурные праздники длительностью до 1 часа;

*привлекать дошкольников во время физкультурных досугов и праздников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Основные движения	
Ходьба	Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом) с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.
Бег	Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, враспынную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.
Ползание, лазание	Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками

Прыжки	Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов — поочередно через каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой - 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30-40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).
Бросание, ловля, метание	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.
Групповые упражнения с переходами	Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.
Ритмическая гимнастика	Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.
Обще развивающие упражнения	
Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса	Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника	Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Наклоняться вперед, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса; наклоняться вперед, стараясь коснуться ладонями пола; наклоняться, поднимая за спиной сцепленные руки. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ногу к груди (группироваться).
Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног	Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держая руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).
Статические упражнения	Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.
Спортивные упражнения.	
Катание на санках	Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске.
Скольжение	Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.
Ходьба на лыжах	Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1-2 км.
Игры на лыжах	«Кто первый повернется?», «Слалом». «Подними», «Догонялки».
Катание на велосипеде и самокате	Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.
Спортивные игры.	
Городки	Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3-4 фигуры. Выбивать городки с полукона

	(2-3 м) и кона (5-6 м).
Элементы баскетбола	Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от 7 уди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.
Элементы футбола	Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.
Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве).	Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.
Бадминтон	Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.
Подвижные игры	
С бегом	«Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».
С прыжками	«Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».
С метанием и ловлей	«Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».
С ползанием и лазаньем	«Охотники и зайцы», «Брось флажок?», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».
Эстафеты	«Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».
С элементами соревнования	«Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».
Народные игры	«Гори, гори ясно!» и др.

В подвижных играх:

*Продолжать приучать детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры; *воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах

*Знакомить с народными играми.

*Воспитывать честность, справедливость в самостоятельных играх со сверстниками.

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

*продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями;

*приучать детей самостоятельно организовывать подвижные спортивные игры,

* выполнять спортивные упражнения на прогулке, используя имеющееся физкультурное оборудование.

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

*формировать привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, причёски;

* при кашле и чихании закрывать рот и нос платком;

*обращаться с просьбой, благодарить.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

*расширять представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма;

*обращать внимание детей на особенности их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»);

*расширять представление о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье;

*показывать зависимость здоровья человека от правильного питания;

*расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека;

*дать представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения);

*воспитывать сочувствие к болеющим;

*учить характеризовать свое самочувствие;

*раскрыть возможности здорового человека;

*расширять представления о месте человека в природе, о том, как нужно жить, чтобы не вредить себе и окружающей среде;

*формировать у детей потребность в здоровом образе жизни;

*прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься;

*познакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения;

*знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

2.2. Формы, способы, методы и средства организации образовательной деятельности.

Средства реализации программы:

- - обще развивающие упражнения;
- - основные виды движений;
- - физические упражнения (ходьба, бег, ползание, лазание, метание, бросание, ловля, прыжки),
- - подвижные игры;

- - движения, входящие в различные виды деятельности;
- которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.
- гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, питания, сна, гигиена одежды, обуви, физкультурного оборудования, помещения), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
- естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивают эффект закаливания и усиливают эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка.

Методы физкультурно – оздоровительной работы.

Освоение и совершенствование техники двигательных действий будет осуществляться:

- словесными методами (объяснение, беседа, разбор, инструктирование, комментарии и замечания, распоряжения, команды, указания)
- наглядными методами (имитация - подражание; демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, к которому следует привлекать самих воспитанников; направленная помощь педагога; выполнение упражнения в замедленном темпе, фиксация положений тела и его отдельных частей в отдельные моменты двигательного действия; использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.); использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.
- метод упражнения (целостно – конструктивный, расчленено – конструктивный, сопряжённого воздействия)
- проблемными методами (частично-поисковый)

Формирование положительных качеств личности осуществляется посредством:

- традиционно – принятых методов (убеждение, поощрение, пример)
- неформально – личностных (пример личностно – значимых, авторитетных людей, друзей и близких)
- рефлексивных (индивидуальное переживание, самоанализ, осознание собственной ценности в реальной действительности) методов.

Для развития двигательных способностей используют:

- метод стандартного упражнения (стандартно – непрерывное, стандартно–повторное);
- переменного упражнения (переменно - непрерывное, переменнointервальное, круговой метод);
- игровой метод;
- соревновательный метод.

Формы организации деятельности дошкольников на занятиях по физической культуре: фронтальный, поточный, посменный, групповой

Формы образовательной деятельности по физическому развитию: непосредственно образовательная деятельность, режимные моменты, самостоятельная деятельность детей, взаимодействие с родителями

Формы реализации программы:

Возраст	Совместная деятельность		Самостоятельная деятельность	Взаимодействие с семьями детей, социумом по реализации программы
	<i>Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов</i>	<i>Образовательная деятельность, в процессе организации различных видов детской деятельности</i>		
Старше - подгот овител ьный к школе возраст	- Утренняя гимнастика: - НОД по физической культуре: классические, тематические, сюжетно – игровые, в форме игр – эстафет, круговой тренировки, контрольно – проверочное, интегрированные, тренировочного	-Дежурство на занятии. -Проектная деятельность. - Индивидуальная работа с детьми по отработке ОВД. -Организация подвижных игр на прогулке, в группе, беседы о	-Игры со спортивным оборудованием в уголках и выносным оборудованием Самостоятельная организация подвижных игр. Рассматривание иллюстраций о различных видах спорта (хоккей, гимнастика, волейбол, баскетбол, бокс)	- Мастер – класс для родителей. - Консультации, консультации – практикумы для родителей. Информационные стенды, Открытые просмотры - Физкультурные досуги,

	типа; занятия по интересам; Формирование начальных представлений о ЗОЖ , -прогулки; - физминутки. НОД по физической культуре на воздухе, гимнастика после дневного сна: физкультурные упражнения и коррекционные упражнения – подвижные и малоподвижные игры, народные: спортивные упражнения , активный отдых, досуги, праздники.	различных видах спорта; настольно-печатные игры о спорте	Игровые упражнения. Подражательные движения	праздники с активным участием родителей: «Папа, мама и я – спортивная семья». -Уроки здоровья совместно с инструктором по физической культуре: - Взаимодействие с магазином учебной литературы «Методист»: подбор детской литературы, иллюстраций о спорте, здоровье; об истории Олимпийских игр.
--	---	--	--	---

2.3. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов (приложение №1)

№	Мероприятия	Группы ДОУ	Периодичность	Ответственный
1.	Определение уровня физической	Все возрастные группы	3 раза в год (в сентябре, декабре,	Инструктор по физ. культуре, воспитатели групп
2.	Педагогическая диагностика уровня освоения	Все возрастные группы	(в сентябре, декабре, апреле) промежуточн	Инструктор по физ. культуре, воспитатели групп

В соответствии с требованиями совместного приказа МО и МЗ № 186/272 от 30.06.1992 года «О совершенствовании системы медицинского обеспечения в образовательных учреждениях», в котором предложено скрининг тестирование детей различного возраста, в ДООУ 3 раза в год проводится мониторинг оценки уровня физической подготовленности (УФП) воспитанников дошкольного учреждения. Это первичный мониторинг на начало учебного года (сентябрь) и вторичный в декабре промежуточный с детьми с низким уровнем развития и на конец учебного года (апрель). Осуществляется он на основании «Общероссийской системы мониторинга физической подготовленности детей в возрасте от 4 до 17 лет» в издательстве Тарасовой Т.А. «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста». Творческий центр. Сфера Москва 2006 год. Утверждён Постановлением Правительства РФ от 29.12.2001г. Подведение итогов проводится по пятибалльной шкале оценок.

Для оценки темпа прироста (w) показателей физических качеств (степени динамики развития физических качеств) используется формула В.И. Усаковой.

Педагогическая диагностика по освоению основных видов движений, в соответствии с основной программой ДООУ (тесты на равновесие, прыгучесть, ловкость с мячом, лазание по гимнастической лестнице, челночный бег) - проводится 3 раза в год – первичная на начало учебного года (сентябрь), промежуточная в декабре, итоговая - на конец учебного года (апрель).

2.4. Взаимодействие с семьей.

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.

В работе с родителями используются традиционные формы (родительские собрания, консультации, беседы, открытые занятия, совместные спортивные мероприятия).

Организация работы с родителями		
Привлечение родителей к просмотру и участию в НОД, в спортивных мероприятиях ДООУ (досугах, праздниках, соревнованиях)	В течение года	Дни открытых дверей
Выступление на родительских собраниях – приглашение родителей к взаимодействию по физическому воспитанию детей, задачи физического воспитания для всестороннего развития детей	В течение года	По плану ДООУ
Проведение индивидуальных консультаций для родителей	В течение года	По запросу

Привлечение родителей к изготовлению нестандартного оборудования – для дополнительного оснащения спортивными атрибутами используемых в спортивных и подвижных игр. Ремонт и покраска уличного спортивного оборудования	В течение года	
Тематические консультации для родителей		
Стендовая информация «Двигательная активность детей»	сентябрь	1 кварт ал
Консультация в групповую папку-передвижку «Родителям на заметку» - «Требования к уровню подготовки воспитанников по Физической культуре с учётом ФГОС»	октябрь	
ФОТО-Консультация в групповую папку-передвижку «Родителям на заметку» - «Зарядка – это весело!»	ноябрь	
Стендовая информация «Как выбрать вид спорта»	декабрь	2 кварт ал
Консультация в групповую папку-передвижку «Родителям на заметку» - «Учим ребёнка кататься на лыжах»	январь	
ФОТО-Консультация в групповую папку-передвижку «Родителям на заметку» - «Картотека зимних подвижных игр» (младшая, средняя, старшая и подготовительная к школе группы)	февраль	
Стендовая информация «Как использовать игру во время болезни ребёнка»	март	3 кварт ал
Консультация в групповую папку-передвижку «Родителям на заметку» - «Роль семьи в формировании двигательной активности детей»	апрель	
ФОТО-консультация в групповую папку-передвижку «Родителям на заметку» - «Игра, как средство развития и воспитания»	май	

Взаимодействие с социумом

№	Мероприятия	Сроки	Отметка о выполнении
1.	Привлечение учащихся МОУ СОШ п. Пробуждения к проведению недели Зимних игр и забав.	январь	
2	Организация экскурсии в спортивный зал МОУ СОШ с детьми старшего дошкольного возраста (ознакомление со спортивными секциями)	апрель	

3.	Экскурсия-поход на спортивный стадион пос. Пробуждения с детьми (ознакомление со спортивными снарядами, наблюдение за тренировками футболистов, гребцов)	май	
----	--	-----	--

2.5. Комплексно-тематический план (приложение №2)

2.6. Комплексно-тематический план (приложение №3)

III.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Циклограмма НОД и утренней гимнастики

Утренняя гимнастика	Дни недели	физкультурное
Старшая групп №5 Понедельник 8.12.-8.20 Пятница 8.10-8.18 (2 раза в неделю в спортивном зале)	Вторник	9.45-10.10
	Четверг	11.40-12.05 (на воздухе)
	Пятница	8.50-9.15
Старшая групп №6 Вторник 8.00-8.08 Четверг 8.00-8.08 (2 раза в неделю в спортивном зале)	Вторник	10.20-10.45
	Четверг	9.25-9.50
	Пятница	11.00-11.25 (на воздухе)

3.2.Выписка из учебного плана МДОУ «Детский сад п. Пробуждения» в старшей группе на 2018– 2019 учебный год.

Длительность НОД не более 25 мин.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в старшей группе – 45 минут.

В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 минут в день.

Один раз в неделю следует кругло годично организовывать занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

Расчёт времени на реализацию программы на 5-ти дневную рабочую неделю

возраст	Продолжительность НОД	Продолжительность НОД в неделю	Объём НОД в неделю	Продолжительность НОД в год	Объём НОД в год
Старшая гр.(5-6 л.)	25	75	3	2700 (45 час)	108

3.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды спортивного зала и спортивных площадок.

С целью развития творческих способностей детей, развитию основных видов движений особое внимание уделено организации развивающей среды, развивающим играм с обычным и нетрадиционным оборудованием, подбору спортивного оборудования, способствующего ознакомлению детей с разнообразными видами спортивных движений и игр и их освоению. В спортивном зале созданы условия для воспитания и развития дошкольника. Основное правило - это выполнение инструкции по обеспечению безопасности жизни и здоровья детей. Зал оснащён спортивным оборудованием, которое соответствует:

- Постановлению главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года №26 г.Москва «Об утверждении СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Зарегистрировано в Минюсте России 29 мая 2013 г №28564). Дополнение к СанПиН 2.4.1.3049-13 от 27 августа 2015г.

Необходимое оборудование спортивного зала (стандартное и нестандартное)

формирования навыка правильной осанки	Цветные разметки у гимнастической стенки, зеркала, медицинские кольца и мешочки с песком для удержания их на голове;
для ходьбы, бега, равновесия	гимнастические скамейки, доски гладкие, доски с зацепами (наклонные), доски с ребристой поверхностью, дорожки матерчатые, дорожки со следами, «мышки», «листки», «змея», шнуры, канаты, роликовая беговая дорожка.
для прыжков	Стойки для прыжков в высоту, гимнастические маты,

	прыгалки, мягкие модули, фитбольные мячи с рожками, батут, обручи алюминиевые большого диаметра, обручи пластмассовые среднего диаметра, гимнастические палки, кубы большие, средние, малые, конусы, тренажёр «кузнечик», маты, «мышки», «листки», «змея», шнуры, канаты,.
для катания, бросания, ловли	мячи резиновые разного диаметра, мячи баскетбольные, мячи футбольные, мешочки с песком, щиты баскетбольные навесные, ракетки и мячики для настольного тенниса, бильбоке, «дартс», кольцобросы, кегли, ракетки и воланчики для бадминтона.
для лазания ползания,	стенка гимнастическая деревянная, скамейки гимнастические, дуги, «домики», «тоннели», лесенки с зацепами деревянные, канат, веревочные лестницы, доски с зацепами (наклонные)
для ОРУ и ритмической гимнастики	обручи, палки гимнастические, гантели, косички, мешоки с песком, флажки, платочки, султанчики, кубики, колечки, ленточки на кольцах, погремушки, мячи разного диаметра.
для игр с элементами спорта (баскетбол, бадминтон, футбол, хоккей);	мячи баскетбольные, мячи футбольные, ракетки и мячи для настольного тенниса, ракетки и воланчики для бадминтона, клюшки и шайбы, сетка, щиты баскетбольные навесные, лыжи, самокаты.
Тренажеры простейшего типа	массажные диски «Здоровье», медицинские ролики, массажные мячики-ёжики, ногоходы, велотренажер, батут, кузнечик, дорожка беговая роликовая (массажная), дорожки массажные из бросового материала (пробок, пуговиц, палочек, поролона и т.д.)

На территории ДОУ располагается **спортивная площадка**:

1. – спортивная площадка для проведения праздников и развлечений, подвижных игр, игр с элементами соревнований, для игры в волейбол, бадминтон:	Спортивный комплекс.
--	----------------------

Технические устройства: музыкальный центр.

3.4. Режим двигательной активности детей старшего дошкольного возраст (5-6 лет)

Мероприятия	Место в режиме	Длительность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница

	дня						
Физкультурно-оздоровительные мероприятия под руководством взрослого							
Утренняя гимнастика	7.50 (группа, улица)	8-10 мин.	8-10	8-10	8-10	8-10	8-10
Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры	В течение дня	30 мин.	30	30	30	30	30
Динамические часы	В течение прогулки	25 мин.	25	25	25	25	25
Индивидуальная работа по развитию основных движений	В течение прогулки	25 мин.	25	25	25	25	25
Закрепление музыкально-ритмических движений	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15
Специально организованное закаливание:							
- летний период;	С 10.00 на прогулке	25 мин.	25	25	25	25	25
-осенне-зимний период.	В течение дня в зависимости от специфики группы	25 мин.	25	25	25	25	25

Упражнения после сна с элементами дыхательной гимнастики:		15 мин.	15	15	15	15	15
Трудовая деятельность	В течение дня	40 мин.	40	40	40	40	40
Упражнения на концентрацию внимания	Перед занятием	5 мин.	5	5	5	5	5
Физкультминутки	Во время занятия	1-3 мин.	1-3	1-3	1-3	1-3	1-3
Непосредственно образовательная деятельность (НОД)							
Физкультурное занятие	С 9.00	25 мин.		25		25	25
Активный отдых							
Физкультурный досуг	1 раз в месяц - 30 мин.						
Физкультурный праздник	2 раза в год - до 60 мин						
День здоровья	1раз в квартал						
Экскурсии, пешие походы	1 раз в два месяца - 1 ч.10 мин.						
Самостоятельная деятельность детей (3 часа 55 мин.) - ежедневно самостоятельное использование физкультурного и спортивного оборудования; самостоятельные подвижные и спортивные игры;							

3.5. План-схема спортивных досугов и праздников в старшей группе № 9 на 2015/2016 год

месяц	название досуга	литература
Сентябрь	«Сказочные эстафеты»	См. конспект (распечатки)
Октябрь	«Будь молодцом!»	«Страна Неболейка» М.А. Павлова (стр. 17)

Ноябрь	«Страна Неболейка» - День Здоровья	«Страна Неболейка» М.А. Павлова (стр. 7)
Декабрь	«Делай снами, делай как мы, делай лучше нас!»	«Страна Неболейка» М.А. Павлова (стр. 15)
Январь	«Мы мороза не боимся!» - зимний праздник	«Физкультурные праздники в д. с.» В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак (стр.73)
Февраль	«Путешествие на планету ЗДОРОВЬЕ» - День Здоровья	См. конспект - (распечатки) «Спортивные праздники в д. с.» З.Ф.Аксёнова (стр.36)
Март	«С мамой вдвоём, горы свернём»	«Страна Неболейка» М.А. Павлова (стр. 28)
Апрель	«Космический рейс»	См. конспект (распечатки)
Май	«В гостях у Феи чистоты» - День Здоровья	«Спортивные праздники в д. с.» З.Ф.Аксёнова (стр.40)

График проведения спортивных досугов-1 раз в месяц (третья неделя)

Дни недели	Возрастная группа	№ группы
понедельник		
вторник		
среда		
четверг	Старшая группа	№5
пятница	Старшая группа	№6

3.6. Программно-методическое обеспечение:

Федеральный компонент: ФГОС «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ». Основная образовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой –М:Мозаика-Синтез. 2015 год
Региональный компонент: Программа по оздоровительно - развивающей гимнастике

«Фитнес – Бэби». Методические рекомендации к программе по оздоровительно - развивающей гимнастике «Фитнес – Бэби»(диски)

Наглядно-дидактические пособия:

Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь»

Серия «Рассказы по картинкам»: «Спорт», «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта»

Плакаты: «Спорт», «Виды спорта»

№	Основная и дополнительная литература для педагога
1.	Адашкявичене Э.И. «Баскетбол для дошкольников» – М.,

	«Просвещение», 1983г.
2.	Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. «Общеразвивающие упражнения в детском саду», М., «Просвещение», 1990 г.
3.	Вавилова Е.Н. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать» – М., «Просвещение», 1983г.
4.	Вавилова Е.Н. «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость» – М., «Просвещение», 1981г.
6.	Голощекина Н.П. «Лыжи в детском саду» - М., «Просвещение», 1972г.
7.	Гришин В.Г. «Игры с мячом и ракеткой» - М., «Просвещение», 1982г.
8.	Гришин В.Г. «Серсо в детском саду» - М., «Просвещение», 1985г.
9.	Кенеман А.В., Кистяковская М.Ю., Осокина Т.И. «Физическая подготовка детей 5 – 6 лет к занятиям в школе» - М., «Просвещение», 1980г.
10	Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» - М., 1981г.
11	Кильпио Н.Н. «80 игр для детского сада», М., «Просвещение», 1973 г.
12	Литвинова М.Ф. «Русские народные подвижные игры». М., «Просвещение», 1986г.
13	Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Фурмина Л.С. «Игры и развлечения детей на воздухе», М., «Просвещение», 1983 г.
14	Осокина Т.И. «Физическая культура в детском саду» - М., «Просвещение», 1978г.
15	Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. «Гимнастика в детском саду» - М., «Просвещение», 1972г.
16	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Старшая группа, М., «Мозаика-Синтез», 2015 г.
17	Пензулаева Л.И. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5 – 7 лет» - М., «ВЛАДОС», 2002г.
	Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет)». –М.: Мозаика-Синтез. 2015год
18	Пустынникова Л.М. «Коньки в детском саду» - М., «Просвещение», 1979г.
19	Рунова М.А. «Двигательная активность ребенка в детском саду» - М., «Мозаика - Синтез», 2000г.
20	Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания, М, «Воспитание дошкольника», 2005 г.
	Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет.-М.: Мозаика-Синтез. 2015 год
21	Утробина К.К. «Занимательная физкультура для дошкольников (5 – 7 лет), М, «Гном и Д», 2003 г.
22	Фролов В.Г., Юрко Г.П. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке» - М, «Просвещение», 1986 г.

23	Фролов В.Г., Юрко Г. П. «Физкультурные занятия на воздухе» - М, «Просвещение», 1983 г.
24	Фомина А.И. «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду» - М., «просвещение», 1984г.
25	Филиппова С.О. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения», - СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2005г.

№	Автор, название, место и год издания
1.	Л.П.Банникова. Программа оздоровления детей в ДОУ. Методическое пособие. Творческий центр Сфера. Москва 2007.
2.	Н. С. Голицина Нетрадиционные занятия Физкультурой в ДОУ-М.: «Издательство Скрипторий» 2006.
3.	Картушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 5-7 лет. Творческий центр Сфера. Москва 2004.
4.	Картушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 4-5 лет. Творческий центр Сфера. Москва 2005.
5.	Кудрявцев В.Т., Б.Б. Егоров. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст). Программно-методическое пособие. Линка-Пресс. 2000;
6.	Кузнецова М.Н. Система мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ. Практическое пособие. Москва Айрис-Пресс. 2005;
7.	Казина О. Б. Весёлая физкультура для детей и их родителей - Ярославль: Академия развития.2008.
8.	Козырева О. В. Лечебная физкультура для дошкольников-М. «Просвещение»2005.
9.	Моргунова О.Н. Физкультурно - оздоровительная работа в ДОУ. Практическое пособие. Т.Ц. «Учитель» Воронеж 2005.
10.	Нестерюк Т.В. Игровой самомассаж – М. : «Книголюб. 2007.»
11.	Николаева Н.И. Школа мяча-С.-П.,Детство-пресс,2008 г.
12.	Павлова М.А. СарИПКиПРО «Страна Неболейка». Методические рекомендации для воспитателей и инструкторов по физическому воспитанию. 2003.
13.	Подольская Е. И. Сценарии спортивных праздников и мероприятий-Волгоград: «Учитель». 2009.
14.	Романова М. В. ГОУ ДПО СарИПКиПРО Организация физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ-Саратов. 2007.
15.	Железняк Н. Ч. Занятия на тренажёрах-М.: «Скрипторий». 2009.
16.	Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста.-М.:Сфера, 2005г.

