

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 16 р.п. Поречье-Рыбное»

**ПРИНЯТА:**

Педагогическим советом МДОУ  
Протокол № / от 30.08.2023.

**УТВЕРЖДЕНА:**

Приказом МДОУ  
«Детский сад №16 р.п. Поречье-Рыбное»  
№ 11 от 30.08.2023.  
Заведующий И.А. Фадейчева С.Я. Фадейчева

**ПАРЦИАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ДЕТСКОМ САДУ»**

Муниципального дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад № 16 р.п. Поречье-Рыбное»

р.п. Поречье-Рыбное, 2023 г

## Содержание

### I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Цели и задачи реализации Программы.....	5
1.3 Принципы и подходы к формированию Программы .....	6
1.4 Содержание программы по физической культуре по возрастным группам 2-7 лет...8	
1.5 Планируемые результаты освоения Программы .....	31

### II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Структура физкультурного занятия в спортивном зале.....	32
2.2 Структура оздоровительно-игрового часа на свежем воздухе .....	36
2.3 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.....	37

### III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Перспективное планирование работы с детьми .....	39
3.2 Описание материально-техническое обеспечение Программы .....	40
3.3 Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания...41	
3.4 Культурно-досуговая деятельность на 2023-2024 год.....	42

# І ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа разработана руководителем по физическому воспитанию на основе с основной образовательной программой в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (ФГОС ДО), с учетом примерной основной образовательной программы дошкольного образования, инновационной авторской программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М.Дорофеевой. Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности и обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Для реализации образовательной области «Физическое развитие» используется парциальная программа «Физическая культура в детском саду» автора Л.И. Пензулаева.

Рабочая программа составлена в соответствии со следующими нормативными правовыми документами, регламентирующими функционирование системы дошкольного образования в РФ:

Федеральный закон от 29.12.2012г.№273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

1. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

Комментарии Минобрнауки России к ФГОС дошкольного образования от 28.02.2014г.№08-249;

2. Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26 «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (СанПиН 2.4.1.3049 -13);

4. Устав ДОУ.

В Программе отражена обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований ФГОС ДО.

Обязательная часть Программы составлена с учётом инновационной авторской программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М.Дорофеевой.- М.: Мозаика-синтез, 2016 (далее – Программа «От рождения до школы»). Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений учитывает потребности, интересы и мотивы детей, членов их семей и педагогов и ориентирована на:

- специфику национальных, социокультурных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;
- выбор тех парциальных программ и форм работы с детьми, которые в наибольшей степени соответствуют потребностям и интересам детей, а также возможностям педагогического коллектива.

## **1.2 Цели и задачи Программы**

### **Цели и задачи парциальной программы «Физическая культура в детском саду» автора Л.И. Пензулаева.**

Цель реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольного образования в соответствии с ФГОС дошкольного образования:

- создание условий для развития ребёнка открывающей возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности.

На создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

Цель программы: сформировать основы здорового образа жизни, направленные на укрепление здоровья. Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих задач:

- Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- Развитие выносливости, скорости движений, скорости реакции, ловкости, координационных способностей, гибкости;
- Активизация двигательной активности детей во всех видах деятельности ДОУ;
- Формирование у воспитанников жизненно необходимые двигательные навыки в соответствии с индивидуальными способностями;
- Создание условий для реализации двигательной активности;
- Воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- Обеспечение физического и психического благополучия.

### 1.3 Принципы и подходы к формированию Программы

В Программе на первый план выдвигается развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребенка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности, что соответствует современной научной «Концепции дошкольного воспитания» (авторы В. В. Давыдов, В. А. Петровский и др.) о признании самоценности дошкольного периода детства.

- Программа соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
  - сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и, как показывает опыт, может быть успешно реализована в массовой практике)
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);
  - обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;
  - строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
  - предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
  - предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;
- допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;
- строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

## **Принципы парциальной программы «Физическая культура в детском саду» автора Л.И. Пензулаева.**

- Полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития.
- Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования).
- Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
- Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности.
- Сотрудничество ДОУ с семьей.
- Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
- Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности.
- Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).
- Учет этнокультурной ситуации развития детей. Рабочая программа:
  1. Соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребёнка.
  2. Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание программы должно соответствовать основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики, при этом иметь возможность реализации в массовой практике дошкольного образования).
  3. Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному "минимуму").
  4. Обеспечивает единство воспитательных, развивающих, обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста.
  5. Строится с учётом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей.
  6. Основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса.
  7. Предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
  8. Предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

## 1.4 Содержание программы по физической культуре по возрастным группам

### 2 младшая группа

#### **Ходьба и бег**

Развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движения рук и ног. Приучать действовать совместно. При освоении ходьбы и бега происходит:

- укрепление мышц туловища, спины и живота
- тренировка мелких мышц стопы
- формирование правильной осанки
- развитие координации движений рук и ног
- развитие ловкости, быстроты, выносливости.

#### **Прыжки.**

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 в высоту с места. При прыжках происходит:

- укрепление костно-мышечного и опорно-двигательного аппарата ног, туловища
- тренировка глазомера
- тренировка координации движений
- развитие ритмичности, быстроты, ловкости, выносливости, силы.

#### **Ползание и лазание.**

Обучать хвату за перекладину во время лазания. Закреплять умения ползать по полу и по ограниченной поверхности. При ползании и лазании происходит:

- развитие гибкости позвоночника
  - укрепление крупных групп мышц туловища, плечевого пояса, конечностей.

#### **Метание, катание, бросание и ловля мяча.**

Закреплять умение энергично отталкивать предметы при катании, бросании, метании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. При метании, катании, бросании и ловле мяча происходит:

- укрепление мышц плечевого пояса, туловища, мелких мышц верхних конечностей

- развитие глазомера, меткости
- развитие координации движений
- развитие ловкости, ритмичности и точности движений.

### **Равновесие.**

Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя, в движении и при выполнении упражнений в равновесии. Упражняясь в равновесии развивается:

- чувство равновесия
- вестибулярный аппарат,
- собранность, внимание, координация движения, ориентировка, смелость.

### **Построения и перестроения.**

Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

### **Психофизические качества.**

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

### **Картотека основных видов движений и упражнений**

#### **Построение**

- свободное
- врассыпную
- в колонну по одному и парами
- в шеренгу
- в круг
- в полукруг

#### **Перестроение**

- из колонны по одному в 2-3 звена по ориентирам

#### **Ходьба**

- Обычная в колонне
- Шеренгой с одной стороны зала на другую
- На носочках
- С высоким подниманием колен
- С выполнением заданий
- «Змейкой»
- Приставным шагом вперед и назад

- В горку и с горки

### **Бег**

- В колонне
- По кругу, взявшись за руки, держась за веревку
- В разных направлениях
- С одной стороны зала на другую, расстояние 10-20 м.
- По прямой и по извилистой дорожке
- В чередовании с ходьбой
- Со сменой направления
- С ловлей и увертыванием
- В быстром темпе (расстояние 10 м.)
- В медленном темпе (50-60 с.)

### **Прыжки**

- Подпрыгивание на двух ногах (ноги вместе - ноги врозь)
- Вверх с касанием предмета головой
- На двух ногах, продвигаясь вперед на расстояние 2-3 м.
- В длину с места
- В плоский обруч, лежащий на полу
- В глубину (с высоты 15-20 см.)
- Через предмет высотой 5-10 см.
- С ноги на ногу
- Прямой галоп

### **Катание**

- Мяча друг другу с расстояния 1,5-2 м. в положении сидя ноги врозь, скрестив ноги или стоя
- Мяча через ворота (ширина 60-50 см.) с расстояния 1-1,5 м.

### **Бросание мяча**

- Двумя руками от груди
- Двумя руками из-за головы
- Воспитателю с расстояния 1-1,5 м.
- Вверх и попытки ловить
- О землю и попытки ловить
- Большого мяча двумя руками через веревку

- Маленького мяча одной рукой через веревку.

### **Ловля мяча**

- Мяча от воспитателя с расстояния 1-1,5 м.

### **Метания мяча**

- В горизонтальную цель двумя руками снизу и от груди с расстояния 1,5-2м
- В горизонтальную цель одной рукой
- Мячей или мешочков с песком вдаль правой и левой рукой
- В вертикальную цель сверху правой и левой рукой с расстояния 1-1,5 м

### **Подлезание и лазанье**

- На четвереньках по прямой на расстояние 4-6 м.
- «Змейкой» между расставленными предметами
- По доске, положенной на пол
- Под веревку, дугу высотой 40 см.
- По наклонной доске, закрепленной на 2 перекладине гимнастической стенки
- Через бревно (верхний край приподнят на 40 см. от пола)
- На гимнастическую стенку и спзания с нее любым удобным способом.
- По наклонной лестнице
- Между ножками стула, в обруч, расположенный вертикально

### **Равновесие**

- Ходьба и бег по прямой дорожке, ограниченной линиями (ширина 25- 20см., длина 2,5-3 м.)
- Остановка во время ходьбы, бега
- Ходьба по доске, положенной на землю (ширина 20 см.)
- Ходьба по извилистой дорожке
- Ходьба по наклонной доске шириной (один конец приподнят на 20-30 см.)
- По шнуру
- Перешагивание через препятствия, расстояние между ними 20-25 см.
- Перешагивание через рейки лестницы, лежащей на полу
- Ходьба по кирпичикам, расстояние между ними 15 см.
- Ходьба по гимнастической скамейке

- Стоя на месте, подняться на носки и постоять, сохраняя равновесие
- Медленное кружение на месте в одну сторону, после отдыха кружение в другую сторону.

### **Общеразвивающие упражнения**

#### **Положения и движения головы:**

- вверх
- вниз
- повороты направо, налево

#### **Положения и движения рук (одновременные, однонаправленные):**

- вперед-назад
- вверх
- в стороны

#### **Положение и движения туловища:**

- наклоны (вперед, влево, вправо)
- повороты (влево, вправо)

#### **Положения и движения ног:**

- приседания
- подскоки на месте

### **Игры**

- Бегите ко мне
- Догони мяч
- Мой веселый звонкий мяч
- Найди свой домик
- У медведя во бору
- Бегите к кубику
- Мыши в кладовой
- Поезд
- Трамвай
- По ровненькой дорожке
- Найди свой домик

- Наседка и цыплята
- Птичка и птенчики
- Воробышки и кот
- Кролики
- Найди свой цвет
- Птички в гнездышке
- Найди свою пару
- Кот и мыши
- Лягушата
- Курочка-хохлатка
- Горелки
- Жмурки
- Быстро по местам
- Кто дальше
- Прыгни-присядь
- Разложи-собери
- Чинчи-шуру

### **Ожидаемые результаты в конце учебного года.**

1. Строиться в круг, в колонну, парами, находить свое место;
2. Начинать и заканчивать упражнение по сигналу;
3. Сохранять правильное положение тела;
4. Ходить, не опуская головы, согласовывать движение рук и ног;
5. Бегать, не опуская головы;
  6. Одновременно отталкиваться двумя ногами и мягко приземляться в прыжках в длину с места и спрыгиваниях;
  7. Ловить мяч кистями рук, не прижимая его к груди; отбрасывать мяч, попадать в вертикальную и горизонтальную цели;
8. Подлезать под препятствие (высота 40см), не касаясь руками пола;
9. Лазать по гимнастической стенке приставным шагом.

## **СРЕДНЯЯ ГРУППА (4-5 ЛЕТ)**

### **Цели и задачи основных видов движений:**

#### **Ходьба и бег.**

Закреплять умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваться носком. При освоении ходьбы и бега происходит:

- укрепление мышц туловища, спины и живота
- тренировка мелких мышц стопы
- формирование правильной осанки
- развитие координации движений рук и ног
- развитие ловкости, быстроты, выносливости.

#### **Прыжки.**

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

При прыжках происходит:

- укрепление костно-мышечного и опорно-двигательного аппарата ног, туловища
- тренировка глазомера
- тренировка координации движений
- развитие ритмичности, быстроты, ловкости, выносливости, силы.

#### **Ползание и лазание.**

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить переходить с одного пролета гимнастической лестницы на другой (вправо, влево).

При ползании и лазанье происходит:

- развитие гибкости позвоночника

- укрепление крупных групп мышц туловища, плечевого пояса, конечностей.

### **Метание, катание, бросание и ловля мяча.**

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании.

Учить отбивать мяч правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая мяч к груди). При метании, катании, бросании и ловле мяча происходит:

- укрепление мышц плечевого пояса, туловища, мелких мышц верхних конечностей
- развитие глазомера, меткости
- развитие координации движений
- развитие ловкости, ритмичности и точности движений.

### **Равновесие.**

Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя, в движении и при выполнении упражнений в равновесии. Упражняясь в равновесии развивается:

- чувство равновесия
- вестибулярный аппарат,
- собранность, внимание, координация движения, ориентировка, смелость.

### **Построения и перестроения.**

Учить строиться в полукруг, в колонну по одному и парами, шеренгу, круг, соблюдать дистанции в построениях.

### **Психофизические качества.**

Развивать организованность, самостоятельность, инициативность, творчество, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

## **Картотека основных видов движений и упражнений**

### **Построение**

- Свободное
- Врасыпную
- В полукруг
- В колонну по одному, по два (парами)
- В круг

## **ПЕРЕСТРОЕНИЕ**

- Из колонны по одному в колону по парам в движении
  - В звенья на ходу
  - Повороты налево, направо и кругом, переступанием
- ### **ХОДЬБА**
- В колонне со сменой ведущего
  - В разных направлениях
  - На пятках
  - На внешней стороне стопы
  - Мелкими и широкими шагами
  - С разным положением рук
  - По кругу с переменной направления
  - Приставным шагом в сторону, вперед, назад
  - В чередовании с другими движениями

## **БЕГ**

- В колонне по одному и парами
- В разных направлениях с ловлей и увертыванием
- «Змейкой», обегая поставленные в ряд предметы
- С ускорением и замедлением темпа
- Со сменой ведущего
- По узкой дорожке, между линиями
- Широкими шагами
- В быстром темпе (расстояние 10-20 м.)
- В медленном темпе (1-1,5 мин.)
- 40-60 м. в чередовании с ходьбой

## **ПРЫЖКИ**

- Подскоки вверх на месте: ноги вместе - ноги врозь; одна – вперед, другая - назад
- Подскоки на месте с поворотами, направо, налево
- Подскоки вверх на месте, поворачиваясь вокруг себя
- Подскоки на месте – 20 раз (повторить 2-3 раза с перерывом)
- Вверх на 2-х ногах с 3-4 шагов
- На 2-х ногах с продвижением вперед на расстояние 2-3 м.
- В длину с места (50-70 см.)
- В длину последовательно через 4-6 линий
- Из круга в круг
- В глубину с высоты 20-30 см.
- Последовательно через 2-3 предмета высотой 5-10 см.
- На месте на правой и левой ноге
- Прямой галоп
- Пытаться прыгать с короткой скакалкой

## **КАТАНИЕ МЯЧА**

- Друг другу с расстояния 1,5-2 м.
- В ворота (ширина 50-40 см.) с расстояния 1,5-2 м.
- С попаданием в предметы с расстояния 1,5-2 м.
- Между предметами (длина дорожки 2-3 м.)
- Обруча в произвольном направлении

## **БРОСАНИЕ МЯЧА**

- Вверх и ловля его (не менее 3-4 раз подряд)
- О землю и ловить его
- Друг другу с расстояния 1-1,5 м.
  - Двумя руками от груди через веревку, натянутой на высоте поднятой руки ребенка, стоя на расстоянии 2 м.)
- Двумя руками из-за головы в положении сидя и стоя
- Отбивание о землю двумя руками, стоя на месте

- Отбивание о землю одной рукой
- О стену и ловля его (в индивидуальных играх)

### **ЛОВЛЯ МЯЧА**

- Мяча от партнера с расстояния 1-1,5 м.

### **МЕТАНИЕ МЯЧА**

- В горизонтальную цель с расстояния 2-2,5 м. правой и левой рукой
- В вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 1,5- 2 м
- В даль правой и левой рукой (к концу года не менее 3,5-6,5 м.)

### **ПОДЛЕЗАНИЕ И ЛАЗАНЬЕ**

- На четвереньках по прямой на расстояние 6-8 м.
- В сочетании с подлезанием под веревку, дугу, поднятую на высоту 40 см.
- Подлезание под веревку, дугу, поднятую на высоту 60 см. не касаясь руками пола
- В обруч, приподняты на 10 см от пола
- На животе по скамейке, подтягиваясь руками
- На четвереньках между предметами
- На четвереньках по скамейке
- По наклонной лестнице
- Между рейками лестницы, стоящей боком на полу
- По гимнастической стенке вверх и вниз, не пропуская перекладин, пытаюсь применять чередующий шаг
- По гимнастической стенке с пролета на пролет приставным шагом

### **РАВНОВЕСИЕ**

- Остановка во время бега, присесть или повернуться кругом и продолжать бег
  - После бега по сигналу встать на скамейку
  - Ходьба по шнуру с мешочком на голове (вес 400г)
  - Ходьба по шнуру, положенному прямо, по кругу, зигзагообразно
  - Ходьба по доске (ширина 15 см) лежащей на полу с мешочком на ладони

- • Ходьба по ребристой доске
  - Ходьба по скамейке с носка, руки в сторону.
  - Перешагивание через предметы, лежащие на скамейке
  - Перешагивание через кубы, лежащие на полу рейки, приподнятые на 20-25
  - Разойтись на гимнастической скамейке, направляясь друг другу на встречу
  - Ходьба по наклонной доске вверх и вниз
  - Кружение на месте в одну сторону и в другую сторону (руки на поясе, руки в сторону)
- Ходьба по скамейке приставным шагом
- Стоять на одной ноге, вторая нога согнута и поднята коленом вперед

### **Общеразвивающие упражнения**

#### **Положения и движения головы:**

- вверх
- вниз
- повороты направо, налево
- наклоны

#### **Положения и движения рук (одновременные, поочередные):**

- вверх-вниз, смена рук
- махи рук (вперед-назад, перед собой)
- вращения (одновременные двумя руками вперед-назад)
- сжимание и разжимание пальцев
- вращение кистей рук

#### **Положение и движения туловища:**

- наклоны (вперед, влево, вправо)
- повороты (влево, вправо)

#### **Положения и движения ног:**

- приседания
- подскоки на месте и с продвижением
- галоп

## Игры

- Найди себе пару
- Пробеги тихо, громко
- Огуречик, огуречик
- Котята и щенята
- «Мыши и кот»
- Цветные автомобили
- Совушка
- Мы веселые ребята
- Самолеты
- Лиса в курятнике
- У ребят порядок свой
- Карусели
- Проводник и заяц
- Птичка и птенчики
- У медведя во бору
- Перелет птиц
- Зайки в огороде
- Бездомный заяц
- С кочки на кочку
- Охотники и заяц
- Холодно-жарко
- Дракон (удав)
- Зайцы и волк
- Чинчи-шуру
- Наездники
- Загони овец в кошару

## Ожидаемые результаты конце учебного года

1. Самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры;
2. Сохранять исходное положение;
3. Выполнять общеразвивающие упражнения в заданном темпе, четко соблюдать заданное направление, выполнять упражнения с напряжением (не сгибать руки в локтях, ноги в коленях);
4. Соблюдать правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, умеренный, медленный);
5. Сохранять равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, выполнять разные виды бега, быть ведущим колонны; при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера;
6. Энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия;
7. Ловить мяч с расстояния 1,5м, отбивать его об пол не менее 5 раз подряд;
8. Принимать правильное положение при метании; ползать разными способами;
9. Подниматься по гимнастической стенке чередуя шаг, не пропуская реек, до 2м;
10. Двигаться ритмично, в соответствии с характером и темпом музыки.

## **СТАРШАЯ ГРУППА (5-6 ЛЕТ)**

### **Цели и задачи основных видов движений:**

#### **Ходьба и бег.**

Закреплять умение ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. При освоении ходьбы и бега происходит:

- укрепление мышц туловища, спины и живота
- тренировка мелких мышц стопы
- формирование правильной осанки
- развитие координации движений рук и ног

- развитие ловкости, быстроты, выносливости.

### **Прыжки.**

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. При прыжках происходит:

- укрепление костно-мышечного и опорно-двигательного аппарата ног, туловища
- тренировка глазомера
- тренировка координации движений
- развитие ритмичности, быстроты, ловкости, выносливости, силы.

### **Ползание и лазание.**

Учить лазать по гимнастической скамейке и лестнице меняя темп. При ползании и лазанье происходит:

- развитие гибкости позвоночника
- укрепление крупных групп мышц туловища, плечевого пояса, конечностей.

### **Метание, катание, бросание и ловля мяча.**

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести в ходьбе. При метании, катании, бросании и ловле мяча происходит:

- укрепление мышц плечевого пояса, туловища, мелких мышц верхних конечностей
- развитие глазомера, меткости
- развитие координации движений
- развитие ловкости, ритмичности и точности движений.

### **Равновесие.**

Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя, в движении и при выполнении упражнений в равновесии. Упражняясь в равновесии развивается:

- чувство равновесия
- вестибулярный аппарат,
- собранность, внимание, координация движения, ориентировка, смелость.

### **Игры.**

Учить играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Также повторяем и учим тувинские национальные игры чинчи-шуру, наездники, аскак-кадай, загони овец в кошару, юрта.

### **Психофизические качества и воспитание.**

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями и убирать его на место. Всесторонне развивать личность ребенка, формировать физические, умственные, нравственные, эстетические, духовные качества.

## **КАРТотеКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДВИЖЕНИЙ И УПРАЖНЕНИЙ**

### **ПОСТРОЕНИЕ**

- В шеренгу
- В колонну по одному, парами
- В круг, полукруг, круг в круге
- В диагональ
- Врассыпную

### **ПЕРЕСТРОЕНИЕ** самостоятельно без ориентиров

- Из шеренги в колонну
- В две колонны
- В два круга
- По диагонали
- «Змейкой»

### **ХОДЬБА**

- На пятках, носочках, внешней стороне стопы
- Широким шагом
- В полуприседе

- Со сменой положения рук
- Перекатом с пятки на носок
- В колонне с перестроением в пары
- «Змейкой»
- В чередовании с другими движениями
- С закрытыми глазами 3-4 м.
- Продолжительная в спокойном темпе 35-40 мин.

### **БЕГ**

- Широкими шагами и мелкими шагами
- На носочках
- Высоко поднимая колени
- С выполнением заданий
- В сочетании с другими движениями
- В быстром темпе на расстояние 10м. (повторить 3-4 раза)
- На скорость 20-30 м.
- Челночный бег (3 раза по 10 м.)
- Чередование с ходьбой на 2-3 отрезках пути
- В медленном темпе (1,5-2 мин.)

### **ПРЫЖКИ**

- По узкой дорожке на двух ногах 3-4 м.
- На двух ногах боком (правым и левым), вперед и назад
- Попеременно на одной и другой ноге
- В длину с места 60-80 см.
- Из обруча в обруч
- На одной ноге по кругу, вперед прямо
- В глубину с высоты 30 см. в обозначенное место
- Боковой галоп
- Через длинную неподвижную скакалку на двух ногах, с ноги на ногу, на одной ноге, стоя лицом к ней и боком
- В высоту с разбега 20-40 см.

- В длину с разбега 100 см.
- Через вращающуюся скакалку
- Через короткую скакалку на двух ногах, на одной ноге, с продвижением вперед
- На месте на двух ногах, одна нога вперед – другая назад, ноги скрестно–ноги врозь, подскоки с ноги на ногу, с поворотом вокруг

- На возвышение 20 см. с места

### **КАТАНИЕ МЯЧА**

- Друг другу с расстояния 1,5-2 м.
- В ворота (ширина 50-40 см.) с расстояния 1,5-2 м.
- С попаданием в предметы с расстояния 1,5-2 м.
- Между предметами (длина дорожки 2-3 м.)
- Обруча в произвольном направлении

### **БРОСАНИЕ МЯЧА**

- Вверх и ловля его (не менее 3-4 раз подряд)
- О землю и ловить его
- Друг другу с расстояния 1-1,5 м.
- Двумя руками от груди через веревку, натянутой на высоте поднятой руки ребенка, стоя на расстоянии 2 м.)
- Двумя руками из-за головы в положении сидя и стоя
- Отбивание о землю двумя руками, стоя на месте
- Отбивание о землю одной рукой
- О стену и ловля его (в индивидуальных играх)

### **ЛОВЛЯ МЯЧА**

- Мяча от партнера с расстояния 1-1,5 м.

### **МЕТАНИЕ МЯЧА**

- В горизонтальную цель с расстояния 2-2,5 м. правой и левой рукой
- В вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 1,5- 2 м
- В даль правой и левой рукой (к концу года не менее 3,5-6,5 м.)

### **ПОДЛЕЗАНИЕ И ЛАЗАНЬЕ**

- На четвереньках по прямой на расстояние 6-8 м.
- В сочетании с подлезанием под веревку, дугу, поднятую на высоту 40 см.
- Подлезанием под веревку, дугу, поднятую на высоту 60 см. не касаясь

руками пола

- В обруч, приподняты на 10 см от пола
- На животе по скамейке, подтягиваясь руками
- На четвереньках между предметами
- На четвереньках по скамейке
- По наклонной лестнице
- Между рейками лестницы, стоящей боком на полу
- По гимнастической стенке вверх и вниз, не пропуская перекладин, пытаться

применять чередующий шаг

- По гимнастической стенке с пролета на пролет приставным шагом

### **РАВНОВЕСИЕ**

• Остановка во время бега, присесть или повернуться кругом и продолжать бег

- После бега по сигналу встать на скамейку
- Ходьба по шнуру с мешочком на голове (вес 400г)
- Ходьба по шнуру, положенному прямо, по кругу, зигзагообразно
- Ходьба по доске (ширина 15 см) лежащей на полу с мешочком на ладони
- Ходьба по ребристой доске
- Ходьба по скамейке с носка, руки в сторону.
- Перешагивание через предметы, лежащие на скамейке
- см. • Перешагивание через кубы, лежащие на полу рейки, приподнятые на 20-25
- Разойтись на гимнастической скамейке, направляясь друг другу на встречу
- Ходьба по наклонной доске вверх и вниз
- Кружение на месте в одну сторону и в другую сторону (руки на поясе, руки в сторону)
- Ходьба по скамейке приставным шагом

- Стоять на одной ноге, вторая нога согнута и поднята коленом вперед

## **ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

### **Положения и движения головы:**

- вверх
- вниз
- повороты направо, налево
- наклоны

### **Положения и движения рук:**

- одновременные и поочередные, однонаправленные и разнонаправлены вверх (вниз), в стороны
- махи и вращения (одновременно двумя руками и поочередно вперед-назад)
- подъем рук вперед-вверх со сцепленными в замок пальцами (кисть внутрь тыльной стороной)
- сжимание, разжимание, вращение кистей рук

### **Положение и движения туловища:**

- наклоны (вперед, влево, вправо)
- повороты (влево, вправо)
- вращения

### **Положения и движения ног:**

- приседания
- махи вперед, держась за опору
- выпады вперед, в стороны с движениями рук вперед, в стороны, вверх
- подскоки на месте
- упражнения с отягощающими предметами — мешочками, гантелями, набивными мячами

## **ИГРЫ**

- Ловля обезьян
- Прыгни-присядь

- Охотники и утки
- Разложи и собери
- Кто скорее к кегле
- Не оставайся на полу
- Жмурки
- Дорожка препятствий
- Стоп
- Ловкая пара
- Перелет птиц
- Мышеловка
- Рыбак и рыбки
- Перемени предмет
- Два Мороза
- Снайпер
- Не попадись
- Третий лишний
- Охотники и звери
- Ловишки с ленточками
- Вышибала
- Цепи-цепи
- Горелки
- Быстро по местам
- Кто дальше
- Бег под скакалкой
- Караси и щука
- Чинчи-шуру
- Наездники
- Аскак-кадай
- Загони овец в кошару
- Юрта.

## **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ В КОНЦЕ УЧЕБНОГО ГОДА.**

1. Сохранять дистанцию во время ходьбы и бега;
2. Выполнять упражнения с напряжением, в заданном темпе и ритме, выразительно, в соответствии с характером и динамикой музыки;
3. Ходить энергично, сохраняя правильную осанку, сохранять равновесие при передвижении по ограниченной площади поверхности;
4. Точно выполнять сложные подскоки на месте, сохранять равновесие в прыжках в глубину, прыгать в длину и высоту с разбега, со скакалкой;
5. Выполнять разнообразные движения с мячом («школа мяча»);
6. Свободно, ритмично, быстро подниматься и спускаться по гимнастической стенке;
7. Самостоятельно проводить подвижные игры;

## **1.5 Планируемые результаты освоения Программы**

### **Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования**

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбрать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать;
- обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет;
- знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.;
- ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, обладает начальными знаниями о себе, природном и социальном мире, знаком с

произведениями детской литературы.

## **II Содержательный раздел**

### **2.1 Структура физкультурного занятия в спортивном зале**

В каждой возрастной группе физкультура проводится 2 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

#### **Продолжительность занятия по физической культуре:**

до 15 мин. - 2-я младшая группа 20 мин. - средняя группа

25 мин. - старшая группа

30 мин. - подготовительная к школе группа

#### **Из них вводная часть:**

*(беседа вопрос-ответ «Здоровье», «Безопасность»):* 1,5 мин. - 2-я младшая группа,

2 мин. - средняя группа, 3 мин. - старшая группа,

4 мин. - подготовительная к школе группа.

#### *(разминка):*

1,5 мин. - 2-я младшая группа, 2 мин. - средняя группа,

3 мин. - старшая группа,

4 мин. - подготовительная к школе группа.

**Основная часть** (общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра):

11 мин. - 2-я младшая группа, 15 мин. - средняя группа

17 мин. - старшая группа,

19 мин. - подготовительная к школе группа.

**Заключительная часть** (игра малой подвижности): 1 мин. - 1-я и 2-я младшая группа и средняя группа, 2 мин. - старшая группа,

2 мин. - подготовительная к школе группа.

## 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 наносящим 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.).

### Основные цели и задачи

**Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.** Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

**Физическая культура.** Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

**Здоровьесберегающие технологии** – это технологии, направленные на сохранение здоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Таблица №1

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Время проведения режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
<i>Технологии сохранения и стимулирования здоровья</i>			
Динамические	Во время занятий, 2-5 мин., по мере	Рекомендуется для всех детей в качестве	Педагоги ДОУ

паузы (физкультминутки)	утомляемости детей во всех возрастных группах	профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия	
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, групповой комнате - малой и со средней степенью подвижности.	Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр.	руководитель по физвоспитанию, педагоги ДОУ
Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии.	Для всех возрастных групп. Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	руководитель по физвоспитанию, педагоги ДОУ, психолог
Гимнастика пальчиковая	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога	Все педагоги ДОУ
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы с младшего возраста	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги ДОУ
Гимнастика	Ежедневно после	Форма проведения различна:	Педагоги ДОУ

пробуждения	дневного сна, 5-10 мин. во всех возрастных группах.	упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ.	
Оздоровительный бег	Со старшего возраста в теплый период утренний прием на улице или на прогулке.	Необходимость проведения бега в физкультурной форме и спортивной обуви.	Руководитель по физвоспитанию педагоги ДОУ
<i>Технологии обучения здоровому образу жизни</i>			
Физкультурное занятие	2 раза в неделю в спортивном зале, 1 раз – на улице. Все возрастные группы. Ранний возраст - в групповой комнате или физ.зале - 10 мин. Младший возраст- 15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший возраст - 25-30 мин.	Занятия проводятся в соответствии с программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.	руководитель по физвоспитанию, педагоги ДОУ
Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы с младшего возраста	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму	руководитель по физвоспитанию, педагоги ДОУ

## 2.2 СТРУКТУРА ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ИГРОВОГО ЧАСА НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ

Третье физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно-игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под строгим контролем инструктора по физической культуре в соответствии с учебным планом.

При составлении конспектов оздоровительно-игрового часа инструктором по физической культуре учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весенне - летний период и ее снижение в весенне - зимний период.

**Оздоровительная разминка** (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки)

1,5 мин. - 2-я младшая группа,

2 мин. - средняя группа,

3 мин. - старшая группа,

4 мин. - подготовительная к школе группа.

**Оздоровительно-развивающая тренировка** (развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре)

13,5 мин. - 2-я младшая группа, 18 мин. - средняя группа,

22 мин. - старшая группа,

26 мин. - подготовительная к школе группа.

## 2.3 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

### 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.

Родителям и воспитателям необходимо преодолеть монологизм в отношениях друг с другом, отказаться от привычки критиковать друг друга, научиться видеть друг в друге не средство решения своих проблем, а полноправных партнеров, сотрудников.

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.

## Взаимодействие с родителями

Направления взаимодействия	Формы взаимодействия
Информирование родителей	рекламные буклеты; информационные стенды; родительские собрания; официальный сайт ДОУ; общение по электронной почте; объявления; памятки.
Консультирование родителей	Консультации по различным вопросам (индивидуальное, семейное, очное, дистанционное консультирование)
Просвещение и обучение родителей	По запросу родителей или по выявленной проблеме: семинары-практикумы; мастер-классы; приглашения специалистов; официальный сайт организации; web-страницы в сети Интернет; творческие задания; тренинги;
ДОУ и семьи	организация совместных праздников; совместная проектная деятельность; выставки семейного творчества; досуги с активным вовлечением родителей; пособия для занятий с ребёнком дома.

### III Организационный раздел

#### 3.1. Перспективное планирование работы с детьми все группы» Л.И.Пензулаева

#### Годовой план по физическому воспитанию

на 2023-2024 года

№	Мероприятия	Участники	Сроки проведения
1	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно
2	Образовательная деятельность	Все группы	3 занятия еженедельно, в течение всего года
3	Физкультурные развлечения (по плану)	Все группы	ежемесячно
4	Педагогическая диагностика физического развития и подготовленности воспитанников	2 мл.гр, старшая группа, подготовительные к школе группы	Октябрь
5	Индивидуальная работа с детьми во время прогулок	старшая группа, подготовительные к школе группы	Ежедневно
6	Зимние забавы на свежем воздухе «Веселы старты»	подготовительные к школе группы	Январь
7	«День Защитники Отечества»	Все группы	Февраль
8	Шагаа Национальная борьба «Хуреш»	подготовительные к школе группы	Февраль
9	«День смеха»	Все группы	Апрель
10	«Неделя здоровья»	Все группы	Апрель
11	Педагогическая диагностика физического развития и подготовленности воспитанников	Все группы	Апрель
12	«Мини-футбол»	Подготовительная к школе группы	Май
13	Итоговая диагностика развития детей образовательной области «Физическая культура»	Все группы	Май

### 3.2 Описание материально-техническое обеспечение Программы

Материально-технические условия реализации Программы соответствуют:

- 1) санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам; 2) правилам пожарной безопасности;
- 3) требованиям к средствам обучения и воспитания в соответствии с возрастом индивидуальными особенностями развития детей; 4) оснащенности помещений развивающей предметно-пространственной средой;
- 5) требованиям к материально-техническому обеспечению программы (учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы)).

Работа по материально-техническому обеспечению планируется в годовом плане, отражена в соглашении по охране труда.

Таблица № 2

<b>Перечень оборудования</b>	
<p><b>Физкультурный зал</b></p> <p>Совместная образовательная деятельность по физической культуре. Утренняя гимнастика. Физкультурные досуги. Спортивные праздники, развлечения. Индивидуальная работа по развитию основных видов движений. Удовлетворение потребности детей в самовыражении. Частичное замещение прогулок в непогоду, мороз: организация двигательной активности детей. Консультативная работа с родителями и воспитателями. Совместные с родителями физкультурные праздники, досуги и развлечения.</p>	<p>Спортивный инвентарь, массажные дорожки, мячи, кегли, скакалки, обручи, гимнастические стенки, спортивные стойки для подлезания, дуги, бревно, спортивные скамейки, баскетбольные щиты, ленты, степ-платформа 5 шт, ребристые доски-1, маты. Нестандартное оборудование: степы, бутылочки с песком, дорожки для коррекции плоскостопия, массажные дорожки, шар для подпрыгивания. Спортивный игровой инвентарь: кегли, мячи, скакалки, обручи, кубики. Атрибуты и игрушки для подвижных игр. Подборка аудиокассет с комплексами утренней гимнастики и музыкальными произведениями. Подборка методической литературы и пособий.</p>

<p><b>Спортивная площадка</b>          Образовательная деятельность по физической культуре на свежем воздухе          Спортивные праздники, досуги и развлечения          Совместная со взрослым и самостоятельная деятельность детей по развитию физических качеств и основных видов движений          Удовлетворение потребности детей в самовыражении          Оздоровительные пробежки          Индивидуальная работа с детьми Совместные мероприятия с родителями</p>	<p>Яма для прыжков, турник, бревно для равновесия, баскетбольный щит, ворота.</p>
--	---

### 3.3 Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

В него включают:

- Описание обеспеченности методическими материалами: Перечень средств обучения и воспитания: приборы, оборудование, включая спортивное оборудование, инвентарь, инструменты (в том числе музыкальные), учебно-наглядные пособия, компьютеры, информационно- телекоммуникационные сети, аппаратно-программные и аудиовизуальные средства, печатные, электронные образовательные и информационные ресурсы и иные материальные объекты, необходимые для организации образовательной деятельности.
- Перечень УМК, необходимых для реализации программы и имеющихся в ДОО.

#### Перечень средств обучения и воспитания

<b>Материальные средства обучения</b>	
Игрушки	- <b>спортивные игрушки:</b> направленные на укрепление мышц руки, предплечья, развитие координации движений ( мячи, обручи); содействующие развитию навыков бега, прыжков, укреплению мышц ног, туловища (каталки, велосипеды, самокаты, кочки, скакалки); предназначенные для коллективных игр.
Технические средства обучения	Компьютер – 3, ноутбук – 1, принтер – 3, музыкальный центр – 2, магнитофон – 10, телевизор – 1, мультимедийный проектор - 1, колонка - 1, микрофон - 1. 1

## Перечень УМК к программе

### Образовательная область «Физическое развитие»

#### Методические пособия

- Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года).
- Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет).
- Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет).
- Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6-7 лет).
- Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
- Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова. Наглядно-

#### дидактические пособия

### **3.4 Культурно-досуговая деятельность на 2023 - 2024 год**

В соответствии с требованиями ФГОС ДО, в программу включен раздел «Культурно-досуговая деятельность», посвященный особенностям традиционных событий, праздников, мероприятий. Развитие культурно-досуговой деятельности дошкольников по интересам позволяет обеспечить каждому ребенку отдых (пассивный и активный), эмоциональное благополучие, способствует формированию умения занимать себя.

