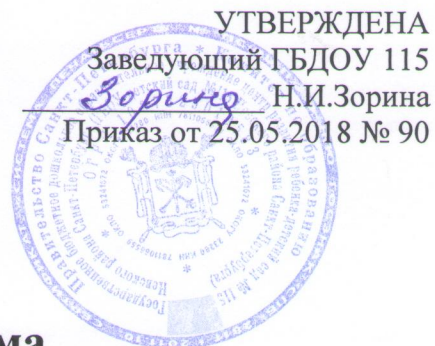


Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение центр развития
ребёнка - детский сад № 115 Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Решением Педагогического Совета
от 25.05.2018 № 4



Рабочая программа
по направлению « Физическое развитие»
для детей подготовительной к школе группы
к Основной общеобразовательной программе
на 2018-2019 годы

Инструктор по физической культуре:
Яковлева Анна Львовна

Санкт-Петербург

2018

Содержание

1. **ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**
- 1.1 Пояснительная записка
2. **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**
Содержание образовательной работы с детьми подготовительной к школе группы
- 2.1.1 Формы работы с детьми
- 2.1.2 Формы работы с педагогами
- 2.2 Система педагогической диагностики (мониторинга) достижений детьми планируемых результатов освоения основной общеобразовательной программы дошкольного образования.
- 2.3 Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников
3. **ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**
- 3.1 Структура реализации образовательной программы
- 3.2 Максимально допустимая образовательная нагрузка
- 3.3 Регламентированная двигательная деятельность
- 3.4 Способы проведения физкультурных занятий
- 3.5 Создание развивающей предметно- пространственной среды группы
- 3.4 Методическое обеспечение образовательной деятельности
- ПРИЛОЖЕНИЕ**
1. Планирование непосредственной образовательной деятельности
2. Методики обследования и карты фиксации результатов
3. Перспективное планирование досуговой деятельности
4. Расписание НОД по Физическому развитию
5. Карточка общеразвивающих упражнений
6. Карточка утренней гимнастики
7. Карточка подвижных игр
8. Карточка физминуток

1. Целевой раздел рабочей программы

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по направлению «Физическое развитие» для детей подготовительной к школе группы Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения центра развития ребёнка - детского сада № 115 Невского района Санкт-Петербурга, реализующая образовательную программу дошкольного образования (далее Рабочая программа), разработана в соответствии:

- * С Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);
- * Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Мин РФ от 17.10.2013 №1155);
- * Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26).
- * образовательной программой дошкольного образования разработанной и утвержденной 20.05.2015 году.

Рабочая программа является обязательным педагогическим документом, обеспечивающим систему образовательной работы с детьми по реализации образовательной программы дошкольного образования в группе общеразвивающей направленности на русском языке в очной форме.

Рабочая программа предусматривает реализацию образовательной программы дошкольного образования в группе с 12-часовым пребыванием воспитанников при пятидневной рабочей неделе.

Сроки реализации рабочей программы: учебный год (01 сентября – 31 мая)

В рабочую программу могут быть внесены изменения и дополнения по объективным причинам:

- * мониторинг здоровья в начале учебного года;
- * углубленной педагогической диагностики;
- * заниженного или завышенного уровня предлагаемого для усвоения материала для детей данной возрастной группы;
- * карантины и др.

Цель	Создание условий для сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей; обеспечения их возможностью стать физически развитыми, жизнерадостными, энергичными, деятельными.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> • Охранять жизнь и здоровье детей, повышать сопротивляемость организма неблагоприятным условиям, проводить профилактические мероприятия по предупреждению плоскостопия, вялой осанки, совершенствовать деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем; • формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой; • развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкости, выносливости и координации); • накапливать и обогащать двигательный опыт детей (овладение основными движениями); • формировать потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании; • воспитывать культурно - гигиенические навыки; • формировать начальные представлений о здоровом образе жизни, здоровьесберегающем поведении; • приобщать детей к традициям большого спорта.
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	<ul style="list-style-type: none"> • Полноценное проживание ребёнком данного возрастного этапа детства, обогащение детского развития; • обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей; • организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития каждого ребёнка; • содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником образовательного процесса; • сотрудничество образовательного учреждения с семьёй; • приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества, государства; • формирование познавательных интересов и познавательных действий.

<p>Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам)</p>	<p style="text-align: center;">Подготовительная группа (6-7 лет).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Дети 6 лет активны, они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. • Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. • На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек движется. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фразы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. • Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. • Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. • Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. • У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. • Формируется моральное сознание и моральные оценки. Соблюдение норм, правил становится одним из важнейших критериев, которыми ребенок оценивает всех людей, формируется «внутренняя позиция». • Физическое развитие ребенка неуклонно совершенствуется. • Дети становятся все более выносливыми, ловкими, сильными. Дети могут играть в различные командные игры, осваивать различные виды спорта. •
---	---

<p>Целевые ориентиры освоения воспитанникам и групп программы по физическому развитию воспитанников</p>	<p style="text-align: center;">Подготовительная группа (6-7 лет)</p> <p>К концу года дети могут:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание). • Бегать на расстояние 30 м. не менее, чем 7,5 сек. На расстояние 10х3 не менее, чем за 11,3 сек. • Прыгать на мягкое покрытие с высоты 40 см., мягко приземляться; прыгать в длину с места не менее, чем на 100 см., с разбега не менее, чем на 180 см.; в высоту не менее, чем на 50 см. прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами. • Перебрасывать набивные мячи (1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 метров. • Метать предметы в даль, в движущуюся цель. Отбивать мяч одной рукой не менее, чем 35 раз. • Выполнять упражнение на статическое (не менее 40 сек) и динамическое равновесие. • Перестраиваться в колонну по три, четыре, равняться, размыкаться в колонне, шеренге, выполнять повороты направо, налево, кругом. Перестраиваться в три-четыре колонны в два-три круга на ходу в две шеренги после расчета после расчета на первый-второй, соблюдать дистанцию во время передвижения. • Выполнять физические упражнения исходя из разных исходных положений, четко, ритмично, в заданном темпе, под музыку, ритм бубна, со словесной инструкцией. • Сохранять правильную осанку. • Ходить на лыжах попеременным и скользящим шагом, подниматься на горку и спускаться с нее. • Активно участвовать в играх с элементами спортивных игр. • Самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, объективно оценивая свои результаты и результаты своих товарищей. • Придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявлять фантазию, творческие способности.
---	--

2. Содержательный раздел рабочей программы.

2.1. Содержание образовательной работы с детьми

В процессе совместной деятельности инструктора по ФК с воспитанниками групп планируются и реализуются задачи по всем направлениям развития в соответствии с ФГОС ДО. Используются доступные методы, приёмы, технологии, образовательные материалы, с учётом возрастных, индивидуальных особенностей детей.

Подготовительная группа

Физическое развитие

- Способствовать закреплению умений самостоятельно выполнять освоенные построения и перестроения.
- Продолжать совершенствовать технику основных локомоций ходьбы и бега в разном темпе, при этом обращать внимание детей на особенности положения туловища, головы, движений рук, ног. Использовать разновидности ходьбы с различными положениями рук, их движениями, в сочетании с другими заданиями для укрепления различных мышечных групп.
- Использовать ходьбу и бег в изменяющихся условиях (темповых, предметно-пространственных, звуковых) для развития: **быстроты** (в первую очередь, быстроты простой двигательной реакции, способность к быстрому началу движения- резкость, так и способность к сохранению высокого уровня дистанционной скорости, способности быстро переключаться с одних действий на другие); **общей выносливости, координационных способностей**(способности точно соизмерять и регулировать пространственные, временные и динамические параметры движений, способности поддерживать статическое и динамическое равновесие).
- Использовать ходьбу и бег, как самостоятельные упражнения, так и в подвижных играх с правилами.
- Упражнять детей в освоенных видах ползания, пролезания, подлезания, способствуя развитию **гибкости**, подвижности различных отделов позвоночника, ловкости. Формировать навык лазания по вертикальной гимнастической лестнице с перекрестной координацией. Познакомить со способами лазания по веревочной лестнице, канату.
- Продолжать формировать умения различных манипуляций (прокатывания, броски и ловля, отбивание) с резиновыми мячами диаметра 15-20 см, развивая, в зависимости от задания, мышцы рук и плечевого пояса и туловища, ног, способствуя, в первую очередь, развитию

силы, координационных способностей. Упражнять детей в выполнении игровых заданий с малым мячом диаметра 5-10 см (броски и ловля разными способами), формируя ручную умелость, как необходимое условие подготовки к обучению в школе (к обучению навыка письма). Формировать навык метания в горизонтальную и вертикальную цель, метание на дальность.

- Использовать различные виды прыжков для развития **скоростно-силовых и координационных способностей**. Формировать интерес к занятиям физическими упражнениями, предлагая детям для выполнения различные виды прыжков на месте и с продвижением и их сочетания. Продолжать формировать навык в прыжках через короткую скакалку, используя варианты с учетом индивидуальных способностей и возможностей; развивать *выносливость*, используя этот вид движения. Познакомить с прыжками в длину и в высоту с прямого разбега в условиях физкультурного зала. С целью формирования интереса к занятиям физическими упражнениями познакомить с прыжками на детском батуте.
- Развивать **гибкость, быстроту** (скорость одиночного движения, способность переключаться с одних действий на другие, темп движений), **координационные способности** (способности точно соразмерять и регулировать пространственные и динамические параметры движений; способность поддерживать статическое и динамическое равновесие; способность к мышечному расслаблению), **мышечную силу**, используя общеразвивающие упражнения (ОРУ) с предметами и без них, действуя в парах.
- Содействовать развитию музыкальности, чувства ритма, памяти при выполнении комплексов ритмической гимнастики (элементов ритмической гимнастики с включением ходьбы, прыжков, бега, танцевальных и общеразвивающих упражнений) под музыкальное сопровождение инструментального характера и песен, подобранных с учётом комплексно- тематического планирования.
- Способствовать укреплению мышц голени и стопы, включая упражнения, направленные на профилактику плоскостопия, доступные для применения в спортивной обуви (вводная часть физкультурных занятий, комплексы ОРУ).
- Развивать дыхательную систему детей, включая специальные дыхательные упражнения, направленные на долгий выдох с произнесением звуков или без озвучивания; акцентировать внимание на фазы вдоха и выдоха при выполнении ОРУ.
- Целенаправленно укреплять мелкие мышцы пальцев и кисти, развивать их подвижность, выполняя простые движения пальчиковой гимнастики.
- Использовать хорошо освоенные простые движения в подвижных играх, разработанных с учетом комплексно-тематического

планирования и пользования их в непрерывной образовательной деятельности в физкультурном зале, на спортивной площадке в отведенной время на прогулке. Расширять кругозор детей, знакомя с темами игр на специально организованных встречах с демонстрацией различных материальных предметов, использованием ИКТ технологий (презентации: фото-видео-материал), бесед с созданием проблемных ситуаций для поиска ответов на вопросы в домашних условиях совместно с родителями.

- В процессе проведения 3-го физкультурного занятия на открытом воздухе развивать **выносливость, координационные способности, внимание, память**, используя ходьбу в обход детского сада (обычную и с игровыми заданиями), выполняя движения под музыкальное сопровождение, подобранное с учетом комплексно-тематического планирования. Дополнять ходьбу подвижными играми командного характера - играми-эстафетами (круговыми, линейными, встречными), разработанными детьми самостоятельно при участии взрослого с использованием простого инвентаря и без него, что позволит решать задачу развития творческих способностей, речевого развития через объяснение заданий товарищам. Познакомить с элементами спортивных игр (бадминтона, баскетбола, волейбола, настольного тенниса, футбола).
- Способствовать познавательному и речевому развитию в процессе совместной деятельности по ознакомлению с олимпийскими летними и зимними видами спорта, созданием условий для охраны и жизни спортсменов в соревновательной деятельности (правила, экипировка, места проведения, питание) на специально организованных встречах с демонстрацией различных материальных предметов, использованием ИКТ технологий (презентации: фото-видео-материал).
- В процессе совместной деятельности приучать к точному выполнению упражнения, по показу, по словесному объяснению, демонстрировать физические упражнения сверстникам. Способствовать видению неправильного собственного выполнения упражнения и других детей. Развивать потребность самостоятельно придумывать варианты освоенных упражнений и подвижных игр с инвентарем и на оборудовании и без них, организовывать их проведение. Формировать чувство коллективизма при проведении командных подвижных игр, чувства гордости за свои успехи и успехи товарищей.
- В процессе совместной деятельности создавать условия для возможности использования детьми специальной терминологии, связанной с названиями упражнений, их разновидностями, исходными положениями и пр.

- Создавать условия для использования освоенных движений в самостоятельной деятельности, демонстрации их родителям на организованных коллективных мероприятиях, в индивидуальном взаимодействии.
- Закреплять знания о правилах поведения (соблюдения техники безопасности) при занятиях физическими упражнениями, как в коллективных формах, так и индивидуально.
- Взаимодействовать с родителями (законными представителями) в целях всестороннего развития детей, уделяя особое внимание физическому развитию, занятиям физическими упражнениями.

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедро), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

Упражнения в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3—5 раз по Юм. Бег на скорость: 30 м примерно за 7,5-6,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую

скамейку несколькими способами подряд (высота 50-35 см).

Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.

Строевые упражнения. Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на первый — второй и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, кругу; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным произведением.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на

носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2—3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх ~ в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): наклоняться вперед, подняв руки вверх, держа руки в стороны. В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Садиться из положения лежа на спине (закрепив ноги) и снова ложиться. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; стоя, держась за опору, поочередно поднимать прямую ногу.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед — назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т. п.

Спортивные игры

Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мячи друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных

направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу. Усвоить основные правила игры.

Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

Элементы хоккея (без коньков —на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.

Подвижные игры

- Учить детей использовать в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве;
- Самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей;
- Придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.
- Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям.

Квартал	Темы	Образовательные области	Основные задачи работы с детьми
I квартал Сентябрь Октябрь Ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> • ПДД • Здоровый образ жизни (ЗОЖ) • Моя Россия и ее герои. 	Социально-коммуникативное развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Формировать позитивное отношение к миру и себе, помогать детям с определением своего места в социокультурном пространстве. • Закреплять умение распределять работу в подгруппе, согласовывать свои действия с действиями ведущего и других участников игры.. • Развивать внимательное отношение к своему здоровью; умение работать в коллективе.

			<ul style="list-style-type: none"> • Воспитывать: <ul style="list-style-type: none"> – уважение к памяти героев, гордость за свою страну, за своих земляков и за свою принадлежность к россиянам; – уважительное отношение к государственным символам; – гражданские чувства. • Вызвать интерес к достопримечательностям родного города.
		<p>Познавательное развитие</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Закреплять знаний детей: <ul style="list-style-type: none"> – о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства; – о светофоре и его сигналах; – о дорожных знаках. • Обобщать представления о поведении на улице и транспорте. • Продолжать знакомить детей с составляющими компонентами нашего здоровья, с основами правильного питания. • Закреплять представление о значении физических упражнений для организма человека. • Закреплять знания об опасностях, которые приносят вред здоровью, учить делать правильные умозаключения. • Закрепить знания о нашей стране, о столице нашей Родины, о нашем городе. • Систематизировать знания детей о символике государства. • Продолжать знакомить: <ul style="list-style-type: none"> – с героями нашей Родины;

			– с достопримечательностями родного города.
		Речевое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Совершенствовать монологическую и диалогическую речи, интонационную выразительность. • Активизировать словарь по лексическим темам. • Укреплять речевой и дыхательный аппараты посредством дыхательной и артикуляционной гимнастик. • Учить детей отвечать на вопросы полным ответом. • Заучивать стихи, словесное сопровождение к п/и.
		Художественно-эстетическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Совершенствовать умение детей ритмично двигаться в соответствии с характером музыки, ориентироваться в пространстве. • Самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и окончанием музыки. • Выразительно исполнять движения с предметами (осенние листья). • Совершенствовать плавность движения рук, ног.

<p>Пквартал Декабрь Январь февраль</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Олимпийцы. • Зимушка-Зима. • Защитники Родины 	<p>Социально-коммуникативное развитие</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать стремление детей по своей инициативе строить дружеские отношения, учить ценить дружбу. • Воспитывать у детей увлечение спортивными играми, занятиями спортом. Воспитывать уважение к спортсменам и их достижениям. • Способствовать приобретению положительных морально-волевых качеств. • Способствовать осознанию роли защитников Родины. • Воспитание патриотических чувств к нашей Родине, чувства гордости за наш народ, Армию, защитников нашего Отечества. <p>Вызвать желание быть похожими на сильных, смелых российских воинов.</p>
		<p>Познавательное развитие</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Формировать у детей представления об олимпийском движении. • Познакомить детей с зимними видами спорта, талисманами, символикой Олимпийских игр. • Создать условия для обобщения представлений о зиме как времени года, ее признаках, о правилах поведения в экстремальных или опасных ситуациях в зимний период. • Уточнять и расширять знания о государственном празднике «День защитника Отечества», о профессиях военнослужащих разных родах войск и боевой технике. • Закреплять и расширять знания детей о силе и славе богатырской Руси, о самом народном герое-богатыре - Илье Муромце, а также Добрыне Никитиче, Алеше Поповиче.

		<p>Речевое развитие</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Учить детей различать и называть: <ul style="list-style-type: none"> – виды спорта; – слова, связанные с олимпийской тематикой. • Активизировать словарь по теме «Зимушка-Зима». • Побуждать детей вступать в речевое взаимодействие, поддерживать коллективный разговор. • Активизировать в речи детей слова, обозначающие рода войск.
		<p>Художественно-эстетическое развитие</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать умение соблюдать правила игры и действовать согласно звучанию музыки. • Закреплять умение передавать игровой образ. • Упражнять в исполнении движений с предметами. • Совершенствовать плавность движения рук, ног.
<p>Шквартал Март Апрель Май</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Профессии. • Безопасность. • Природа планеты Земля. • Летние виды спорта. 	<p>Социально-коммуникативное развитие</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Воспитывать чувство уважения к профессиям и труду взрослых. • Формировать желание реализовать потребность в признании в обществе сверстников. • Развивать у детей способность к предвидению возможной опасности в конкретной меняющейся ситуации и построению адекватного безопасного поведения. • Закреплять основы экологической культуры, гуманного отношения ко всему живому. • Воспитывать: <ul style="list-style-type: none"> – заботливое отношение к окружающей природе;

			<ul style="list-style-type: none"> – желание беречь и охранять природу. • Развивать: <ul style="list-style-type: none"> – познавательный интерес ко всему живому; – желание получать новые знания из книг; – любознательность; – наблюдательность фантазию. • Побуждать детей заботиться о животных, беречь природу. • Формирование экологической культуры, чувства ответственности за животный и растительный мир планеты. <p>Закреплять умение работать в группе, подгруппе.</p>
		<p>Познавательное развитие</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Закреплять с детьми названия профессий, их значение для людей; развивать память, внимательность, любознательность и кругозор. • Продолжать ориентировать детей в сферах человеческой деятельности (наука, искусство, производство и сфера услуг, сельское хозяйство), их значимости для жизни ребенка, его семьи, детского сада и общества в целом. • Формирование умения устанавливать причинно-следственные связи между природными явлениями. • Формирование представлений о взаимодействии живой и неживой природы. • Расширять знания детей о летних видах спорта. • Продолжать формировать у детей познавательную инициативу, умение сравнивать и устанавливать простые связи между видами спорта и сезонными явлениями природы.

			<ul style="list-style-type: none"> • Учить детей выбирать основание для классификации видов спорта (по сезону и числу участников). • Закрепить с детьми знания о значении спорта для здоровья человека, воспитывать желание заниматься спортом, уверенность в своих силах.
		Речевое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Побуждать детей к активному высказыванию своей позиции. • Активизировать словарь по лексическим темам. • Совершенствовать речевой и дыхательный аппарат, используя артикуляционную и дыхательную гимнастики. • Работать над связной речью и полными ответами на поставленные вопросы.
		Художественно-эстетическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Совершенствовать: <ul style="list-style-type: none"> – выразительную передачу игрового образа, его характерных особенностей; – творческие способности в составлении простых танцевальных движений; – умение двигаться «змейкой», по кругу хороводным шагом; – умение в исполнении движений с предметами; – плавность движения рук, ног.

Планирование непрерывной образовательной деятельности инструктора ФК с детьми – Приложение 1

2.1.1 Формы работы с детьми:

В работе с детьми младшего дошкольного возраста используются преимущественно игровые, сюжетные и интегрированные формы образовательной деятельности.

В старшем дошкольном возрасте (старшая и подготовительная к школе группы) выделяется время для занятий учебно-тренирующего характера.

В процессе непрерывной образовательной деятельности используются элементы здоровьесберегающих технологий: «пальчиковая гимнастика», «дыхательная гимнастика».

Для эмоционального подъёма, воспитания чувства ритма, выразительности движений используется стихотворный материал, музыкальное сопровождение (фонограммы), вводная часть занятия может формироваться как комплекс ритмической гимнастики.

Организованная образовательная деятельность:

- Игры дидактические с элементами движения, подвижные, психологические, хороводные.
- Игры на прогулке, подвижные игры имитационного характера.
- Физкультурные занятия:
 - игровые,
 - сюжетные (на темы, прочитанных сказок, потешек),
 - тематические (с одним видом физических упражнений),
 - комплексные (с элементами развития речи, математики, конструирования),
 - контрольно-диагностические,
 - учебно-тренирующие.
- Физкультминутки.
- Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок.
- Ритмическая гимнастика.
- Игры и упражнения под музыку.
- Игровые беседы с элементами движений.

Образовательная деятельность при проведении режимных моментов:

- Утренняя гимнастика.
- Индивидуальная работа
- Упражнения и подвижные игры на утренней прогулке во второй половине дня.

Самостоятельная деятельность детей:

- Самостоятельные подвижные игры.
- Игры на свежем воздухе.
- Спортивные игры и занятия (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.);

2.2.2 Формы работы с педагогами:

- Совместная воспитательно-образовательная деятельность
- Консультации
- Коллективные просмотры
- Методические выставки
- Тренинги
- Практикумы

2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) по формированию двигательных навыков (умений), развитию физических качеств (во всех группах)

Система мониторинга в соответствии с ФГОС ДО осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений детей, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений в соответствии с реализуемой основной общеобразовательной программой дошкольного образования.

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в контексте образовательной области «Физическое развитие».	<ul style="list-style-type: none"> • Наблюдение в процессе: <ul style="list-style-type: none"> – НОД, – совместной деятельности • Тестирование (старший д/в) 	2 раза в год	2 недели в каждой группе	Сентябрь Май

Методики обследования и карты фиксации результатов Приложение №2

2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

Работа с родителями (законными представителями) детей ведется по следующим направлениям:

- * педагогический мониторинг (анкетирование, опросы и пр.);
- * педагогическая поддержка (беседы с родителями, открытые мероприятия);
- * педагогическое образование родителей (родительские собрания, консультации, тренинги, круглые столы, дискуссии, семинары-практикумы, информационные стенды и пр.).

Все мероприятия проводятся согласно разработанному плану взаимодействия ДО и родителей (законных представителей) и утвержденному графику.

Месяц	Темы	Группы	Формы работы	Задачи
Сентябрь	«Мониторинг»	<ul style="list-style-type: none"> – Средние – Старшие – подготовительные 	Индивидуальные беседы	<ul style="list-style-type: none"> – Ознакомить родителей с результатами мониторинга. – Дать рекомендации и советы, исходя из результатов, учитывая индивидуальные и возрастные особенности каждого ребёнка.
	«Воспитание здорового ребенка совместными усилиями детского сада и семьи.	Все группы детского сада	Родительское собрание Анкетирование	<ul style="list-style-type: none"> – Дать представление родителям о формах и содержании работы по физическому развитию детей. – Познакомить с формами взаимодействия инструктора по ФИЗО с семьями воспитанников. – Выявить интересы и запросы по сотрудничеству
	«Праздник шаров»	Все группы детского сада	Праздник	<ul style="list-style-type: none"> – Создать радостное настроение от совместной двигательной деятельности детей и взрослых; – продемонстрировать родителям двигательные умения и физические качества детей.

Октябрь	«Вялая осанка – проблема современных детей»	Все группы детского сада	Консультация	<ul style="list-style-type: none"> – Познакомить родителей с рекомендациями по формированию правильной осанки у дошкольников. – Показать комплекс упражнений для формирования и поддержания нормальной осанки.
Ноябрь	«Выбор спорта для ребенка»	Старшая, подготовительная	Индивидуальные консультации*	<ul style="list-style-type: none"> – Поддерживать интерес родителей к развитию ребёнка. – Помочь родителям оценить особенности физического, социального, познавательного развития их ребёнка, увидеть его индивидуальность и выбрать вид спорта. – Рассказать о кружках, находящихся в шаговой доступности.
Декабрь	«Мишка косолапый по садику идет»	Все группы детского сада	Семинар-практикум	<ul style="list-style-type: none"> – Напомнить о причинах плоскостопия и о важности профилактики у детей д/в. – Продемонстрировать игровые упражнения, направленные на профилактику плоскостопия. – Показать мастер – класс по изготовлению нетрадиционного оборудования из бросового материала для профилактики плоскостопия.
	«Герои нашего отечества»	Старшая, подготовительная	Праздник	<ul style="list-style-type: none"> – Доставить радость детям и взрослым от совместного взаимодействия. – Продемонстрировать возможности развития разных сторон личности ребёнка в процессе двигательной и

				познавательной деятельностью.
Январь	«Дыши, играй и будь здоров»	Все группы детского сада	Тренинги	<ul style="list-style-type: none"> – Познакомить с видами оздоровительных гимнастик (утренняя, дыхательная, бодрящая, пальчиковая). – Тренинги оздоровительных гимнастик с родителями.
Февраль	«Здоровые глаза – окно в мир»	Все группы детского сада	Консультация	<ul style="list-style-type: none"> – Обозначить условия, благоприятные для сохранения хорошего зрения дома и в группе. – Рассказать и показать комплекс профилактических мер для сохранения зрения.
	«Наша армия-сильна!»	Все группы детского сада	Праздник	<ul style="list-style-type: none"> – Доставить радость детям и взрослым от совместного взаимодействия. – Активизировать работу по пропаганде патриотического (гражданского) воспитания через все доступные формы.
Март	«Здоровье всему голова»	Все группы детского сада	Индивидуальные консультации*	<ul style="list-style-type: none"> – Познакомить родителей с приёмами закаливания и методиками их проведения.
Апрель	«Нетрадиционное физкультурное занятие»	Все группы детского сада	Открытое занятие	<ul style="list-style-type: none"> – Показать родителям нетрадиционные физкультурные занятия на спортивных комплексах и тренажерах. – Предоставить возможность родителям увидеть индивидуальные темпы развития своего ребёнка, умения их действовать в коллективе, слышать и понимать педагога.

Май	«Результаты, которых мы достигли»	Все группы детского сада	Индивидуальные беседы	<ul style="list-style-type: none"> – Обсудить результаты развития физических качеств, двигательных навыков (умений), полученных на конец учебного года. – Дать рекомендации и советы, исходя из результатов, учитывая индивидуальные и возрастные особенности каждого ребёнка.
В течение учебного года	Наглядно-информационные материалы по темам, индивидуальные памятки с полезной информацией, советы специалиста, рекомендации	Все группы детского сада	Информационные стенды, папки-передвижки в группах и физкультурном зале	<ul style="list-style-type: none"> – Предоставить информационный материал о разных аспектах физического и психического развития дошкольников. – Дать возможность родителям познакомиться и изучить различные картотеки игр, гимнастик, ОРУ.
В течение учебного года	Тематические досуги с участием детей и членов их семей (совместно с воспитателями групп) на спортивной площадке и в физкультурном зале	Все группы детского сада	Досуги Развлечения**	<ul style="list-style-type: none"> – Создать позитивное настроение. – Вовлекать родителей в совместные мероприятия. – Укреплять связь «детский сад – семья»

* индивидуальные консультации проводятся в физкультурном зале и на странице ГБДОУ №115 в сети Интернет

** График проведения тематических досугов и физкультурных развлечений **Приложение №3**

3. Организационный раздел рабочей программы.

3.1 Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка
<ul style="list-style-type: none"> • Мониторинг (оценка развития двигательных качеств и формирование умений и навыков). • Непрерывная образовательная деятельность (физкультурные занятия). • Игровые обучающие ситуации. • Индивидуальная, подгрупповая деятельность. • Участие в проведении утренней гимнастики. • Физкультурные досуги, развлечения, праздники. 	<p>Создание условий для самостоятельной деятельности детей в режимных моментах, на прогулке. Оказание не директивной помощи воспитанникам.</p>	<p>Виды деятельности: игровая; двигательная; коммуникативная; музыкальная.</p> <p>Технологии:</p> <ul style="list-style-type: none"> • здоровьесберегающие (пальчиковая и дыхательные гимнастики, подвижные, хороводные и спортивные игры, релаксация, создание доброжелательной атмосферы); • игровые; • интеграции образовательных областей (включение загадок, стихов; музыкальных произведений; тематических картинок; карточек с цветом, буквами, цифрами, временами года); • информационно-коммуникативные технологии (ИКТ) (используются в процессе педагогических наблюдений, в целях рекомендаций родителям для просмотра мультфильмов, содержащих информацию о видах спорта); • личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми. 	<p>Личностно-ориентированный подход к развитию воспитанников, формирование у них чувства собственного достоинства, включение каждого воспитанника в посильную и все усложняющуюся для него деятельность осуществляется с учётом индивидуальных особенностей и их физического развития.</p>

3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка

(занятия по физическому развитию)

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26)

Возрастная группа	Продолжительность НОД	Количество НОД в неделю
Вторая младшая (3-4 лет)	15 минут	3 (1- подвижные игры на прогулке)
Средняя (4-5 лет)	20 минут	3 (1 – физкультурное занятие на улице)
Старшая (5-6 лет)	25 минут	3 (1 – физкультурное занятие на улице)
Подготовительная к школе (6-7 лет)	30 минут	3 (1 – физкультурное занятие на улице)

Расписание непрерывной образовательной деятельности в ГБДОУ – Приложение 4

3.3 Регламентированная двигательная деятельность

Возрастная группа	НОД* по физической культуре	Утренняя гимнастика**	Подвижные Игры***	Бодрящая гимнастика	Физминутки (во время НОД)****	Подвижные игры на воздухе	Самостоятельная двигательная деятельность
Младшая группа (3-4)	15 мин* 3	5/6мин*5	15 мин*5	10 мин*5	3/5 мин*5	25 мин*5	20 мин*5
Средняя группа (4-5)	20 мин* 3	6/8мин*5	15 мин*5	10 мин*5	3/5 мин*5	30мин*5	25мин*5
Старшая группа (5-6)	25 мин* 3	8/10мин*5	10мин*5	15 мин*5	3/5 мин *5	35мин*5	30мин*5
Предшкола (5-7)	25/30 мин* 3	10мин*5	10мин*5	15 мин*5	3/5 мин *5	35/40мин*5	30/40мин*5
Подготовительная (6-7)	30 мин* 3	10/12мин*5	10мин*5	15 мин*5	3/5 мин *5 (2 раза в день)	40мин*5	40мин*5

*Картотекаобщеразвивающих упражнений - Приложение 5

**Картотека утренней гимнастики- Приложение 6

*** Картотека подвижных игр-Приложение 7

**** Картотекафизминуток – Приложение 8

3.4 Способы проведения физкультурных занятий

Фронтальный способ.	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.
Поточный способ.	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.
Групповой способ.	Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).
Индивидуальный способ.	Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

3.5. Создание развивающей предметно- пространственной среды

В спортивном зале создана содержательная, трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная развивающая предметно-пространственная среда.

В нашем ГБДОУ среда оформлена с учетом физических, эстетических и гигиенических требований, что вызывает комфортное пребывание детей.

Образовательная область	Содержание
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none">• Спортивный зал оснащен современным спортивно-игровым и музыкальным оборудованием• Для безопасного передвижения детей в физкультурном зале организуется максимально свободное пространство.• Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям техники безопасности.• Оборудование и инвентарь располагаются по периметру зала.• По полу (ковровому покрытию) создана разметка - мобильная, липучка 4х цветов, позволяющая формировать у детей навыки в построениях и перестроениях, развивать ориентировку в пространстве, формировать познавательные способности, осуществлять упражнения в основных движениях.• На одной стене физкультурного зала закреплён ковролин, на который крепится съёмный обучающий (демонстрационный) материал (схемы, отражающие технику выполнения упражнений, элементов; плоскостные фигуры (картинки) с изображениями в соответствии с тематикой занятия; фото с изображением спортсменов и видов спорта и т.д.).• 4 шт.- шведских стенки расположены вдоль окон, для экономии места, для защиты окон, для удобства при проведении командных эстафет.• На второй стене размещены обручи в виде олимпийских колец, которые так- же используются в качестве цели для метания.• На третьей стене имеются крепления для размещения

	<p>обручей разной величины, ленточек, флажков, гимнастических палок, скакалок.</p> <ul style="list-style-type: none"> • На полу размещены корзины для мячей (больших, маленьких, баскетбольных, волейбольных, футбольных). • Имеются модули для хранения предметов (кубиков, кеглей, шишек, мешочков с песком), используемых для выполнения ОРУ. • Мяч – фитбол «Прыгун» с ручками, диаметр 50 см – 6 шт. • Набор мягких модулей разной конфигурации. • Гимнастические скамейки. • Дорожка-мат (складной). • Щит баскетбольный навесной на гимнастическую стенку. • Щит для метания в цель. • Тоннель -2 шт. • Доски - ребристая массажная, гладкая приставная. • Вдоль стен компактно располагается, и при необходимости расставляется тренажерная система ТИСа. • Для проведения подвижных игр и игровых упражнений имеются маски, шапочки персонажей и различные атрибуты. • Карточки подвижных, хороводных, народных игр разной подвижности. • Подвесная среда для релаксации. Для расслабления и позитивного окончания физкультурного занятия, на выходе, ребята проходят через «Волшебную радугу» - сухой дождь. • Нестандартное оборудование: <ul style="list-style-type: none"> -туба для прокатывания мячей; -дуги для прокатывания, проползания и перепрыгивания; -полусферы для перешагивания и перепрыгивания; -низкие бумы для развития равновесия.
<p style="text-align: center;">Речевое и познавательное развитие</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Для решения задач познавательного и речевого развития в процессе двигательной деятельности созданы карточки: загадок, считалок, стихов, пальчиковой и дыхательной гимнастик, логоритмики.

	<ul style="list-style-type: none"> • Подборка демонстрационного материала (виды спорта; сезоны; схемы, изображающие технику выполнения упражнений). • Подборка картинок для составления рассказов о ЗОЖ. • Дидактические игры для детей, находящихся на щадящем режиме. • Звуковые предметы (бубен, свисток, колокольчик). • Измерительные предметы (секундомер, измерительная рулетка). • Мягкие игрушки, мелкие игровые атрибуты (грибочки, жолуди, осенние листочки, снежинки и др. для проведения подвижных игр).
<p>Художественно-эстетическое развитие</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Соблюдены эстетические и гигиенические требования оформления физкультурного зала. • Музыкальный центр. • Фонотека • Раскраски с зимними и летними видами спорта (для детей, находящихся на щадящем режиме).
<p>Социально – коммуникативное развитие</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Выставки совместных работ детей и их родителей на спортивную тематику. • Оборудование и инвентарь для спортивных игр - Серсо, футбол.

3.6 Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР)

1. Балдурчиди П.П.. Программа по физической культуре в детском саду «Здоровье». Ставрополь, 1990.
 2. Картушина М.Ю.. «Быть здоровыми хотим», 2007
 3. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе.- М.: Мозайка-синтез, 2012.
 4. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе.- М.: Мозайка-синтез, 2012.
 5. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе.- М.: Мозайка-синтез, 2012.
 6. Степаненкова Э.Я.. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет–М.: Мозайка-синтез, 2012.
 7. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ – М.: ТЦ Сфера, 2005.
 8. Теория и методика физической культуры дошкольников. Учебное пособие для студентов академий, университетов, институтов физической культуры и факультетов физической культуры педагогических Вузов/ Под ред. С.О. Филипповой, Г.Н. Пономарева.- СПб, ДЕТСТВО – ПРЕСС, М.ТЦ СФЕРА, 2008.
 9. Фролов В.Г., Юрко Г.П.. «Физкультурные занятия на воздухе», 2010
 10. Шебеко В.Н., Ермак Н.Н.. «Физкультурные праздники в детском саду», 2009
- Интернет-источники:
- <http://www.kinderok.ru>
- <http://logoportal.ru/11266/html>