

Принят:  
на педагогическом совете №1  
«31» августа 2023  
протокол №1 от 31.08.2023



Утвержден:  
Заведующий МБДОУ  
«Детского сада №27»  
С.А. Мамонова  
Приказ №93 от 31.08.2023

# Рабочая программа инструктора по физической культуре на 2023-2024 учебный год

Составил:  
Инструктор  
по физической культуре  
Петрина Е.И..

<b>№ п/п</b>	<b>содержание</b>	<b>страница</b>
<b>1.</b>	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи рабочей программы	5
1.3.	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	5
1.4.	Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста	6
1.5.	Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»	6
1.6.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	8
<b>2.</b>	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	9
2.1.	Задачи физического развития детей младшего и дошкольного возраста	9
2.1.2.	Задачи физического развития детей 3-4 лет	9
2.1.3.	Задачи физического развития детей 4-5 лет	9
2.1.4.	Задачи физического развития детей 5-6 лет	10
2.1.5.	Задачи физического развития детей 6-7 лет	10
2.2.	Содержание образовательной деятельности, описание форм, способов, методов, средств реализации рабочей программы физического развития дошкольников	12
2.2.1.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 3-4 лет	12
2.2.2.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 4-5 лет	14
2.2.3.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 5-6 лет	15
2.2.4.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 6-7 лет	17
2.3	Основные требования по освоению детьми ОО «Физическое развитие»	20
2.4.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы	22
2.5.	Взаимодействие педагогов	24
2.6.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	26
2.7.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках ОО «Физическое развитие»	26
<b>3.</b>	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	26
3.1.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	26
3.2.	Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»	27
3.3	Методическое обеспечение образовательной деятельности	27
	Приложение	30

## 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1. Пояснительная записка

Программа представляет собой учебно-методическую документацию, на основании которой инструктор по физической культуре организует и реализует образовательную деятельность обучающихся в возрасте от 3 до 7 лет, работу по воспитанию, формированию и развитию личности дошкольников с учётом их индивидуальных способностей и возможностей.

Рабочая программа (далее – Программа) раскрывает содержание и организацию образовательной деятельности для детей младенческого, раннего и дошкольного возраста по образовательной области «Художественно-эстетическое развитие», раздел «Музыкальная деятельность», в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад №27» (далее - ДОО).

Программа разработана в соответствии с Федеральной образовательной программой дошкольного образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 г. № 1028, (далее – ФОП) и Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155, в редакции от 08.11.2022, (далее – ФГОС ДО).

При разработке Программы учитывались следующие нормативно-правовые документы:

1. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990).
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023).
3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ (актуальная ред. от 14.07.2022) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», (ред. от 28.04.2023).
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».
8. Приказ Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».
9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 сентября 2013 г. № 1082 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии».

Основополагающими функциями дошкольного уровня образования в соответствии с ФОП являются:

1. Воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как Гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами.

2. Создание единого ядра содержания дошкольного образования, ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным ценностям русского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины.

3. Создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в начальную школу, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям), равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места и региона проживания. [1, с. 2].

В РП сформулированы цели, задачи, содержание образовательной деятельности по физическому развитию, предусмотренные для освоения в каждой возрастной группе детей в возрасте от трех до семи лет, а также результаты, которые могут быть достигнуты детьми при целенаправленной систематической работе с ними.

РП описывает формы, средства, методы работы с детьми по развитию физических качеств, формированию двигательных навыков, формированию основ ЗОЖ, освоению здоровьесберегающих умений.

РП включает перечень основных движений, ОРУ, музыкально-ритмических упражнений, подвижных игр, спортивных упражнений с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их потребностей и интересов, возрастных возможностей.

Реализация РП ИФК предполагает интеграцию обучения и воспитания за счёт проведения физкультурных развлечений, праздников, прогулок-походов, дней здоровья, физкультурномассовых мероприятий, включения регионального компонента (подвижных игр народов РФ, знакомство с достижениями российских спортсменов, использование музыкального сопровождения народной тематики, и т.д.).

Вариативная часть РП направлена на обогащение двигательного опыта дошкольников, связанного с использованием нестандартного оборудования, современных технологий физического развития и оздоровления дошкольников.

#### **Расшифровка применяемых в тексте обозначений и сокращений**

РП – рабочая программа

ИФК – инструктор по физической культуре

ФОП – федеральная образовательная программа

ДО – дошкольное образование

ДОО – дошкольная образовательная организация

РФ – Российская федерация

ФГОС ДО – федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования

ОВД – основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, ползание, ланье, катание, ловля, бросание)

ОРУ – общеразвивающие упражнения

ЗОЖ – здоровый образ жизни

ПИ – подвижные игры

РППС – развивающая предметно-пространственная среда

## 1.2. Цели и задачи реализации рабочей программы

**Цель РП:** создание системы работы по физическому развитию дошкольников, обеспечивающей разностороннее и гармоничное физическое развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей народов РФ, исторических и национально-культурных традиций.

Цель РП достигается через решение **задач**, обозначенных в ФОП:

- обеспечение единых для РФ содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей [1, стр. 4].

## 1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы

РП ИФК по реализации ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФОП и ФГОС ДО построена на следующих принципах: **Принцип учёта ведущей деятельности:**

- реализуется в соответствии с ФОП и в контексте всех перечисленных в ФГОС ДО видов детской деятельности, с акцентом на ведущую деятельность для каждого возрастного периода – от непосредственного эмоционального общения со взрослым до предметной (предметно - манипулятивной) и игровой деятельности;

**Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей:**

- учитывает возрастные характеристики развития ребенка на разных этапах дошкольного возраста, предусматривает возможность и механизмы разработки индивидуальных траекторий развития и образования детей с особыми возможностями, способностями, потребностями и интересами;

### ***Принцип амплификации детского развития***

- рассматривается как направленный процесс обогащения и развертывания содержания видов детской деятельности, а также общения детей со взрослыми и сверстниками, соответствующий возрастным задачам дошкольного возраста; ***Принцип единства обучения и воспитания***

- как интеграция двух сторон процесса образования, направленная на развитие личности ребенка и обусловленная общим подходом к отбору содержания и организации воспитания и обучения через обогащение содержания и форм детской деятельности; ***Принцип преемственности образовательной работы***

- реализуется на разных возрастных этапах дошкольного детства и при переходе на уровень начального общего образования. РП в соответствии с ФОП реализует данный принцип при построении содержания обучения и воспитания относительно уровня начального школьного образования, а также при построении единого пространства развития ребенка образовательной организацией и семьей;

### ***Принцип сотрудничества с семьей:***

реализация РП в соответствии с ФОП предусматривает оказание психолого-педагогической, методической помощи и поддержки родителям (законным представителям) детей раннего и дошкольного возраста, построение продуктивного взаимодействия с родителями (законными представителями) с целью создания единого/общего пространства развития ребенка; ***Принцип здоровьесбережения:***

- при организации образовательной деятельности не допускается использование педагогических технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью воспитанников, их психоэмоциональному благополучию.

## **1.4. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста**

Характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста необходима для правильной организации и осуществления образовательного процесса как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения (группы).

Реализация РП ИФК по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет в ДОО опирается на основные показатели физического развития, развития функциональных систем, моторики, психических функций, коммуникативных навыков, социализацию, приоритетные виды детской деятельности, обозначенные в ФОП [1, стр. 11-18].

## **1.5. Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»**

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения образовательной программы в рамках ОО «Физическое развитие» представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению ДО.

### **К четырем годам:**

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические движения под музыку;

- ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе; - ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье [1, стр. 21-22].

#### **К пяти годам:**

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности;

ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность; - ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации [1, стр. 22].

#### **К шести годам:**

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;

- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей.

#### **- К концу дошкольного возраста:**

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;

- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности; имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности, о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям .

### **1.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов**

Педагогическая диагностика в ДОО – это особый вид профессиональной деятельности, позволяющий выявлять динамику и особенности развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности .

Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Направления и цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО.

Педагогическая диагностика не является обязательной процедурой, вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им образовательной программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

Педагогическая диагностика физического развития воспитанников ДО проводится ИФК, воспитателями на основе наблюдения, специальных диагностических ситуаций.

Периодичность проведения педагогической диагностики: 2 раза в год.

*Стартовая* – в начале учебного – сентябрь 2023 г.

*Финальная* – на завершающем этапе освоения программы в конце учебного – апрель 2024г.

## **2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

Содержание работы по физическому развитию дошкольников реализуется инструктором по физкультуре, педагогами ДОО в соответствии с ФОП, ФГОС ДО, образовательной программой ДОО, методикой физического развития детей от 3 до 7 лет.

Содержание ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС ДО и ФОП предусматривает решение ряда специфических задач:

### **2.1 Задачи физического развития детей младшего и дошкольного возраста:**



### **2.1.2. Задачи физического развития детей 3-4 лет**

- продолжать обогащать двигательный опыт ребенка разнообразными движениями, активизировать двигательную деятельность, обучая строевым упражнениям, ОВД, ОРУ, спортивным упражнениям, музыкально-ритмическим упражнениям, подвижным играм;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, равновесие, координацию движений;
- формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, самостоятельность, умение согласовывать свои действия с движениями других детей;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщать к ЗОЖ, формируя полезные привычки.

### **2.1.3. Задачи физического развития детей 4-5 лет**

обогащать двигательный опыт ребенка, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, обучая техничному выполнению разнообразных физических упражнений, музыкально-ритмических движений в разных формах двигательной деятельности

-продолжать учить быстро и самостоятельно ориентироваться в пространстве, выполнять движения скоординировано, согласованно;

- продолжать формировать психофизические качества, координацию движений, равновесие, меткость;
- воспитывать волевые качества, произвольность, стремление соблюдать правила в ПИ, проявлять творчество и самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- воспитывать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, разным формам двигательной деятельности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, способствовать правильному формированию опорнодвигательного аппарата, осанки, укреплению иммунитета средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье;
- воспитывать полезные привычки, осознанное отношение к здоровью.

### **2.1.4. Задачи физического развития детей 5-6 лет**

- продолжать обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения технично, осознанно, активно, точно, дифференцируя мышечные усилия, выполнять физические и музыкально-ритмические упражнения;

- способствовать освоению элементов спортивных игр, спортивных упражнений, элементарных туристских навыков;

- продолжать развивать психофизические качества, координацию, равновесие, меткость, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений;

- учить соблюдать правила в ПИ, взаимодействовать в команде, согласовывать действия свои и других детей, ориентироваться в пространстве;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх и упражнениях;
- формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорнодвигательный аппарат, иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах, влияющих на здоровье, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, учить осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

#### **2.1.5. Задачи физического развития детей 6-7 лет**

- продолжать обогащать двигательный опыт, совершенствовать двигательные умения и навыки в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать осваивать элементы спортивных игр и упражнений, туристские навыки;
- развивать психофизические качества, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений, ориентировку в пространстве;
- воспитывать стремление соблюдать правила в подвижной игре, учить самостоятельно их организовывать и проводить, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства, нравственно-волевые качества гражданскую идентичность в двигательной деятельности;
- формировать осознанную потребность в двигательной активности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления;
- формировать представление о туризме, как форме активного отдыха, физкультуре и спорте, спортивных достижениях;
- продолжать учить осознанно выполнять правила безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Для решения поставленных задач в каждой возрастной группе используются следующие **формы организации двигательной деятельности:**

- утренняя гимнастика
- физкультурные занятия в зале и на свежем воздухе

- физкультминутки
- подвижные игры
- бодрящая гимнастика
- индивидуальная работа по развитию движений в зале и на прогулке
- активный отдых(досуги, развлечения, праздники, туристические прогулки и походы, динамический час)
- самостоятельная двигательная деятельность

***Этипы занятий:***

- учебно-тренировочное
  - сюжетное
  - игровое
  - тренировочное
  - комплексное
  - физкультурно-познавательное
  - тематическое
- нетрадиционное - контрольное.

**2.2. Содержание образовательной деятельности, описание форм, способов, методов, средств реализации рабочей программы физического развития дошкольников РП направлена на:**

- обеспечение гармоничного физического развития, приобретение опыта в различных видах двигательной деятельности, развитие психофизических качеств, формирование навыков правильной осанки, развитие координационных способностей, равновесия, мелкой моторики;
- формирование начальных представлений о видах спорта, достижениях российских спортсменов, овладение подвижными играми, играми с правилами, элементами спортивных игр и упражнений;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, формирование ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, формирование знаний о различных видах активного отдыха.

Рабочая программа построена в соответствии с ФОП и ФГОС ДО на интегративном подходе сочетания образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой образовательных областей. Это способствует тому, что основные задачи содержания ОО «Физическое развитие» решаются как самостоятельно, так и в ходе реализации других ОО («Социально - коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие»).

### 2.2.1. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 3 до 4 лет:

#### *Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):*

##### *ОВД:*

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии .

##### *ОРУ:*

- без предметов, с предметами (мячи, кубики 2 цветов, кегли, обручи, и т.п.), с опорой и на опоре (стул, скамейка), из разных исходных положений.

##### *Строевые упражнения:*

- построение в шеренгу, колонну по одному, круг по ориентирам с нахождением своего места в строю, повороты переступанием по показу, ориентиру.

##### *Музыкально-ритмические упражнения:*

- ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на полупальцах, топающим шагом, вперед, приставным шагом прямо и боком;

- имитационные движения, разнообразные образно-игровые упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, быстрая белка и т. д.);

- поочередное выставление ноги вперед, пятку, притопывание одной ногой, приседания «пружинки», прямой галоп, кружение.

##### *Подвижные игры:*

- сюжетные игры, имитационные упражнения;

- несюжетные игры;

- игры на развитие ориентировки в пространстве;

- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации;

- малоподвижные игры

##### *Спортивные упражнения:*

- катание на санках: по прямой дорожке игрушек, друг друга, с невысокой горки;

- ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, повороты на лыжах переступанием;

- катание на трехколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево;

- плавание: погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.

*Активный отдых:*

- физкультурные досуги 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОО;
- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы.

**Физкультурно-оздоровительный досуги (массовые спортивные мероприятия)**

Проведение досугов и физкультурных праздников, прежде всего, на сплочение коллектива детей, родителей и педагогов, они играют большую роль в формировании и укреплении дружеских отношений между всеми участниками образовательных отношений; укреплению физических качеств (сила, выносливость, ловкость) и здорового образа жизни.

**Целевые ориентиры к концу 4-го года жизни:**

- ребенок ориентируется в пространстве по зрительным и звуковым ориентирам, при совместных построениях и выполнении основных движений, в подвижных играх;
- по показу педагога принимает исходное положение, более уверенно выполняет движения, сохраняет равновесие при выполнении физических упражнений, музыкально-ритмических движений, реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое, выполняет общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- осваивает спортивные упражнения;
- проявляет положительное отношение к физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм, знает правила в подвижных играх, стремится к выполнению ведущих ролей в игре;
- понимает необходимость соблюдения чистоты и гигиены для здоровья, имеет сформированные полезные привычки, знает основные правила безопасного поведения в двигательной деятельности.

**2.2.2. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 4 до 5 лет:**

***Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):***

*ОВД:*

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии .

*ОРУ*

- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём.
- *Строевые упражнения:*
- построение в колонну по одному, по два, враспынную;
- построение по росту;
- размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без;
- перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении;

- перестроение в звеня на ходу по зрительным ориентирам;
- повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте .

#### ***Ритмическая гимнастика:***

- ходьба под ритм, музыку в разном темпе на полупальцах, топающим шагом, вперед и назад (спиной), приставным шагом прямо и боком, галопом в сторону, согласовывая с началом окончания музыки;

ходьба по кругу за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении, прямо и вокруг

себя, подскоки по одному и в парах под ритм и музыку;

- выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмично хлопать в ладоши; - комбинации из двух освоенных движений.

#### ***Подвижные игры:***

-сюжетные игры, имитационные упражнения

- несюжетные игры
- игры на развитие ориентировки в пространстве
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации
- народные игры
- малоподвижные игры .

#### ***Спортивные упражнения:***

##### ***Катание на санках:***

- подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

##### ***Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:***

- по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

##### ***Ходьба на лыжах:***

- скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуелочкой».

#### ***Активный отдых.***

Физкультурные досуги, спортивные праздники, дни здоровья направлены на решение задач приобщения к ЗОЖ, имеют социальную значимость и патриотическую тематику, посвящаются государственным праздникам, включают подвижные игры народов России.

- Физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОО.
- Дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы.
- Участие в физкультурных праздниках 2 раза в год в качестве зрителей .

### ***Целевые ориентиры к концу 5-го года жизни:***

- ребенок осваивает разнообразные физические и музыкально-ритмические упражнения, проявляет двигательную активность и психофизические качества, демонстрирует координацию движений, развитие глазомера, ориентировку в пространстве ориентирами и без, стремится сохранять правильную осанку;

- проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, с желанием выполняет упражнения основной гимнастики, участвует в подвижных играх и досуговой деятельности; - проявляет настойчивость и упорство для достижения результата, стремится к победе, соблюдает правила в подвижных играх, переносит освоенные упражнения в самостоятельную двигательную деятельность;

- знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности;

знает об отдельных факторах, положительно влияющих на здоровье, имеет сформированные полезные привычки .

### **2.2.3. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 5 до 6 лет:**

#### ***Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):***

##### *ОВД:*

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии

- *ОРУ:*

- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём.

##### *Строевые упражнения:*

- построение в колонну по одному, в шеренгу, круг и два круга (по ориентирам и без), по диагонали, в два и три звена;

- перестроение из одной колонны в две, в шеренгу по два, равняясь по ориентирам и без;

- повороты направо, налево, кругом; - размыкание и смыкание.

##### *Ритмическая гимнастика:*

- ходьба и бег под музыку в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе;

- ходьба на высоких полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), с ускорением и замедлением темпа;

- легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение);

- подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружения по одному и в парах..

##### *Подвижные игры:*

- сюжетные игры, имитационные упражнения;
- несюжетные игры;
- игры на развитие ориентировки в пространстве;
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации;
- народные игры;
- малоподвижные игры .

### ***Спортивные упражнения:***

#### *Катание на санках:*

- по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки; *Ходьба на лыжах:*

- по лыжне (на расстояние до 500 м.);
- скользящим шагом;
- повороты на месте (направо и налево) с переступанием;
- подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуелочкой» (прямо и наискосок).

#### *Катание на двухколесном велосипеде, самокате:*

- по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью;
- с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.

### ***Спортивные игры:***

#### *Городки:*

- бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м).

#### *Элементы баскетбола:*

- перебрасывание мяча друг другу от груди;
- ведение мяча правой и левой рукой;
- забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; - игра по упрощенным правилам.

*Бадминтон:* - отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом  
 Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

### ***Активный отдых***

- Физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОО.
- Физкультурные праздники 2 раза в год, в соответствии с КТП ДОО
- Дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы

### ***Целевые ориентиры к концу 6-го года жизни:***



- ребенок выполняет физические упражнения в соответствии с возрастными возможностями, достаточно технично, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно;
- проявляет в двигательной деятельности сформированные в соответствии с возрастом психофизические качества;
- способен проявить творчество, составляя несложные комбинации из знакомых общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений, основных движений и продемонстрировать их, придумать движения в подвижной игре и организовать ее;
- стремится осуществлять самоконтроль и дает оценку двигательным действиям других детей и своим, свободно ориентируется в пространстве, овладевает некоторыми туристскими умениями;
- проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам и экскурсиям; - умеет взаимодействовать в команде, проявляет инициативу, самостоятельность, находчивость, взаимопомощь, стремится к личной и командной победе, демонстрирует нравственно-волевые качества, ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- знает способы укрепления здоровья и факторы, положительно влияющие на него, имеет представление о правилах гигиены, понимает необходимость сохранения и укрепления здоровья, может оказать посильную помощь больным близким, стремиться заботиться о своем здоровье и здоровье других людей;
- имеет представления о некоторых видах спорта, спортивных достижениях, туризме, как форме активного отдыха, знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности, стремится их соблюдать [1, стр. 134-135].

#### **2.2.4. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 6 до 7 лет:**

##### ***Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):***

##### *ОВД:*

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии .

##### *ОРУ:*

- в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с паузами и поточно, под счет, музыку и др.
- *Строевые упражнения:*
- самостоятельные построения 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:***

- отдельные комплексы из 6–8 упражнений под музыку;
- танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками;
- поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке;
- ритмичная ходьба с носка, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад, в сторону; - кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону, на носок и на пятку, в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук вверх, в сторону в такт и ритм музыки

### ***Подвижные игры:***

-сюжетные игры, имитационные упражнения

- несюжетные игры
- игры на развитие ориентировки в пространстве
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации
- народные игры
- малоподвижные игры

### ***Спортивные упражнения:***

*Катание на санках:*

- игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

*Ходьба на лыжах:*

- скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500–600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий;
- попеременным двухшажным ходом (с палками);
- повороты переступанием в движении; - поднимание на горку «лесенкой», «елочкой».

*Катание на двухколесном велосипеде, самокате:*

- по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

### ***Спортивные игры***

*Городки:*

- бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение.
- построение 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

*Элементы баскетбола:*

- передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча);
- перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; - ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон;
- забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча;

- ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

*Элементы футбола:*

- передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте;
- ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота;
- играть по упрощенным правилам.

*Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве):*

- ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы;
- прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой;
- ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними;
- забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); - попадание шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.

*Бадминтон:*

- перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

*Элементы настольного тенниса:*

- подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену);
- подача мяча через сетку после его отскока от стола.

***Активный отдых***

- Физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОО.
- Физкультурные праздники 2 раза в год, в соответствии с КТП ДОО
- Дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы

***Целевые ориентиры к концу 7-го года жизни:***

- ребенок результативно, уверенно, технически точно, выразительно с достаточной амплитудой и усилием выполняет физические упражнения, музыкально-ритмические упражнения и их комбинации с пособиями и без, осваивает элементы спортивных игр по возрасту, проявляет психофизические качества, меткость, глазомер, сохраняет равновесие, правильную осанку, свободно ориентируется в пространстве без ориентиров;
- осуществляет самоконтроль, может дать оценку выполнения упражнений другими детьми;
- проявляет двигательное творчество, может придумать комбинации движений в общеразвивающих упражнениях и подвижных играх, с удовольствием импровизирует;

- активно и с желанием участвует в подвижных играх и эстафетах, проявляет инициативу, может их самостоятельно организовать и провести со сверстниками и младшими детьми;
- проявляет инициативу, находчивость, морально-нравственные и волевые качества (смелость, честность, взаимовыручка, целеустремленность, упорство и др.), оказывает помощь товарищам, стремится к личной и командной победе, демонстрирует ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- имеет начальные представления о правилах здорового образа жизни, мерах укрепления здоровья и профилактики, организме человека, владеет навыками личной гигиены, может определить и описать свое самочувствие, знает, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье;
- имеет представление о некоторых видах спорта и спортивных достижениях, соблюдает правила безопасного поведения в двигательной деятельности и во время пеших туристских прогулок и экскурсий,
- стремится оказать помощь и поддержку больным людям, заботливо относится к своему здоровью и здоровью окружающих.

Содержание образовательной деятельности в рамках ОО «Физическое развитие» реализуется в соответствии с ФГОП, перспективным планированием обучения основным видам движений.

### **2.3. Основные требования по освоению детьми ОО «Физическое развитие»**

При реализации РП по физическому развитию в образовательной деятельности, в режимных моментах, при организации активного отдыха, туристических походах и прогулках педагоги ДОО особое внимание уделяют следующим аспектам:

#### *Младшая группа*

- формированию умения выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях;
- выполнять ОРУ, музыкально-ритмические упражнения;
- созданию условия для освоения ОВД и спортивных упражнений, организации подвижных игр, помощи детям выполнять движения естественно, согласованно, сохраняя равновесие;
- формированию умения слышать указания педагога, принимать исходные положения, реагировать на зрительный и звуковой сигналы, начинать и заканчивать движение по сигналу, соблюдать правила в подвижных играх;
- организации активного отдыха, приобщению детей к ЗОЖ, овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитанию полезных для здоровья привычек.

#### *Средняя группа*

- формированию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств;
- обучению точно принимать исходные положения, поддержанию стремления соблюдать технику выполнения упражнений, правил в подвижных играх;

- умению слушать и слышать указания педагога, ориентироваться на словесную инструкцию и зрительно-слуховые ориентиры;
- развитию умения использовать движения в самостоятельной двигательной деятельности, импровизировать, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками, проявлять целеустремленность и упорство в достижении цели;
- овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формированию представлений о правилах поведения в двигательной деятельности, закреплению полезных привычек, способствующих укреплению и сохранению здоровья.

#### *Старшая группа*

- развитию и совершенствованию двигательных умений и навыков, психофизических качеств и способностей, обогащению двигательного опыта детей разнообразными физическими и музыкально-ритмическими упражнениями;
- поддержке детской инициативы, формированию стремления творчески использовать упражнения в самостоятельной двигательной деятельности;
- закреплению умения самостоятельно точно, технично выразительно выполнять упражнения под счет, ритм, музыку, по показу и по словесной инструкции, осуществлять самоконтроль и самооценку выполнения упражнений;
- обучению подвижным играм, элементам спортивных игр, играм-эстафетам;
- поощрению стремления выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил, преодолевать препятствия, проявлять нравственно-волевые качества, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками;
- расширению и закреплению представлений о здоровье, ЗОЖ, формированию элементарных представлений (на доступном уровне) об организме человека, о разных формах активного отдыха, включая туризм, формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности;
- организует для детей и родителей туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

#### *Подготовительная к школе группа*

- закреплению и совершенствованию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств и способностей;
- созданию условий для дальнейшего закрепления и совершенствования навыков выполнения ОВД и их комбинаций, ОРУ, спортивных упражнений, освоению элементов спортивных игр, игр-эстафет, музыкально-ритмических упражнений;
- обучению выполнять упражнения под счет, ритмично, в соответствии с разнообразным характером музыки, а также технично, точно, выразительно выполнять движения.
- обучению детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и оценку выполнения упражнений;

- поддержанию стремления творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности, организовывать и придумывать подвижные игры, ОРУ, комбинировать движения, импровизировать;

- приобщение детей к ЗОЖ: расширение и уточнение представлений о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, мерах профилактики болезней, поддержание интереса к физической культуре, спорту, активному отдыху, воспитание полезных привычек, осознанного, заботливого, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;

#### **2.4. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации РП**

Формы, способы, методы и средства реализации РП по физическому развитию дошкольников определены в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

##### *Основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию*

В соответствии с ФГОС ДО, ФОО основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО:

- образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных процессов;
- самостоятельная деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации РП по физическому развитию

##### *Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО*

Согласно пункту 2.10 СанПиН при организации ОД по физическому развитию в ДОО соблюдаются следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.

-при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминутки во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО.

-физкультурные, физкультурно-оздоровительные, массовые спортивные мероприятия, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

(см. Приложение: Двигательный режим детей дошкольного возраста; План проведения досуговых мероприятий и праздников)

##### *Средства реализации РП по физическому развитию дошкольников*

При реализации РП для развития двигательной деятельности используются следующие средства: спортивное оборудование, спортивный инвентарь, демонстрационный и раздаточный материал, образно-символический материал, технические средства обучения, оздоровительное, нестандартное оборудование, оборудование для спортивных игр и упражнений.

(см. Приложение: Список спортивного оборудования и инвентаря)

#### *Методы реализации РП по физическому развитию дошкольников*

При организации обучения двигательным навыкам, развития психофизических качеств и формирования основ ЗОЖ традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополнены методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

#### *Наглядные методы:*

- способствуют формированию знаний и ощущений, касающихся движения, чувственного восприятия и развития способности к сенсорике;
- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).

#### *Вербальные методы (словесные):*

- направлены на активизацию сознания ребенка, формирование более глубокого осмысления поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне, понимание их содержания, структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых разных случаях;
- название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и т. д. активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствуют созданию более точных зрительных представлений о движении.

#### *Практические методы:*

- призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений;
- применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закреплению двигательных навыков и умений.
- закреплению двигательных навыков и развитие физических качеств в изменяющихся условиях.

- при выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т. д.). Соревновательный метод повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему их выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях. *информационно-рецептивный метод:*

- предъявление информации, организация действий ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагогов или детей, чтение); *репродуктивный метод*:

- создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца воспитателя, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель); *метод проблемного изложения*:

- постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений; *эвристический метод (частично-поисковый)*:

- проблемная задача делится на части – проблемы, в решении которых принимают участие дети

(применение представлений в новых условиях);

*исследовательский метод*:

- составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов

(творческие задания, опыты, экспериментирование).

Выбор форм, методов, средств реализации РП по физическому развитию воспитанников основан на адекватных образовательным потребностям предпочтениях детей. Их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает вариативность средств реализации РП.

## **2.5. Взаимодействие педагогов**

Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность физического развития детей, является взаимодействие всех участников образовательного процесса – администрации ДОО, инструктора по физической культуре, воспитателей, педагога-психолога, музыкального руководителя, родителей.

*Взаимодействие с администрацией ДОО.*

Заведующий детским садом и заместитель заведующего по УВР обеспечивают организацию образовательного процесса в ДОО, повышение профессиональной компетенции специалистов, а также организуют взаимодействие с семьями воспитанников и различными социальными партнерами.

*Взаимодействие с медицинским персоналом*

В начале учебного года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются карты здоровья, физического развития детей.

*Взаимодействие с воспитателями*

ИФК оказывает консультативную помощь воспитателям по различным вопросам физического развития детей. Совместно проводят педагогическую диагностику физического развития детей, планируют работу в рамках ОО «Физическое развитие», работу с родителями по данному направлению.

В образовательной деятельности ИФК проводит занятие, воспитатель следит за качеством выполнения ОРУ и ОВД, оказывает помощь детям при выполнении упражнений, страховку.



### *Взаимодействие с музыкальным руководителем*

Музыка является одним из средств физического воспитания. Она положительно воздействует на эмоции детей, создает хорошее настроение, помогает активизировать умственную деятельность, способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике, способствует развитию внимания, чувства ритма.

Совместно с музыкальным руководителем подбирается музыкальный материал для использования на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, досугах и развлечениях, праздниках. На физкультурных занятиях закрепляются музыкально-ритмические движения, разученные на музыкальных занятиях.

## **2.6. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.**

Образовательная деятельность в ДОО включает:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (предметной, игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, двигательной);
  - образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
  - самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы ДОО.

Образовательная деятельность организуется как совместная деятельность детей, педагога и детей, самостоятельная детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, педагог может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности.

Согласно требованиям СанПиН, в режиме дня ДОО предусмотрено время для проведения занятий).

## **2.7. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках ДОО «Физическое развитие»**

Основной целью взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) воспитанников ДОО является «установление доверительного делового контакта» между семьей и ДОО.

Для достижения этой цели осуществляется дифференцированный подход в работе с семьей, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка и их воспитательных установок и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями

В соответствии с ФООП в ДОО организована система профессиональной поддержки и помощи родителям (законным представителям) в воспитании и обучении детей, охране и укреплении их здоровья, состоящая из консультативных, просветительских, обучающих направлений работы педагогов ДОО.

### План работы с семьями обучающихся

Месяц	Содержание работы	Форма	Ответственные
Сентябрь	Родительские собрания: «Задачи физического воспитания детей на новый учебный год». Познакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой и мероприятиями на групповых собраниях. С организацией здоровьесберегающей и физкультурно-оздоровительной среды в детском саду. «Спортивная форма на физкультурном занятии». Конкурс семейного творчества «Мое спортивное лето» ( <i>фото, аппликация, рисунок</i> ). Анкетирование семей	Консультация  Папка-передвижка  Конкурс  Анкета	Инструктор по физической культуре
Октябрь	«Физическое развитие ребенка в домашних условиях». «Как выбрать вид спорта для ребенка?»	Консультация Папкапередвижка	Инструктор по физической культуре
Ноябрь	«Игровой стретчинг дома»	Консультация	Инструктор по физической культуре
Декабрь	«Гимнастика пробуждения». «Значение подвижной игры в жизни дошкольников»	Папкапередвижка	Инструктор по физической культуре
Январь	«Спортивные игры зимой». «Активная профилактика плоскостопия»	Папка-передвижка	Инструктор по физической культуре
Февраль	«Правильная осанка – залог здоровья». «Босохождение - элемент закаливания организма»	Консультация Папка-передвижка	Инструктор по физической культуре
Март	«Игры с мячом для развития речи детей». «Береги здоровье смолоду»	Папка-передвижка	Инструктор по физической культуре
Апрель	Активный отдых всей семьей». «В здоровом теле – здоровый дух!»	Консультация Папка-передвижка	Инструктор по физической культуре
Май	Индивидуальные беседы по результатам мониторинга по физическому развитию. «Здоровое питание дошкольников»	Папка-передвижка Спортивные соревнования	Инструктор по физической культуре

### **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды и фактор, мощно обогащающий развитие детей. РППС ДОО выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности .

Развивающая РППС представляет собой единство специально организованного пространства как внешнего (территория ДОО), так и внутреннего (групповые, специализированные, технологические, административные и иные пространства), материалов, оборудования, электронных образовательных ресурсов и средств обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, материалов для организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС ДОО создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития .

РППСДОО создано как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

При проектировании РППС ДОО учтены:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно- климатические условия, в которых находится ДОО;
- возраст, опыт, уровень развития детей и особенностей их деятельности, содержание воспитания и образования;
- задачи образовательной программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников ДОО, участников сетевого взаимодействия и т.п.).

Для проведения разных видов двигательной деятельности в ДОО имеется:

- физкультурный зал
- физкультурные центры в групповых помещениях
- спортивная площадка на территории ДОО.

#### **3.2. Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»**

Для реализации образовательной программы в ДОО в соответствии с ФОП созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения образовательной программы по физическому развитию;
- выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов для обеспечения безопасного нахождения воспитанников на территории ДОО, в групповых и других помещениях, необходимых для образовательной деятельности, проведения режимных моментов, сна и отдыха;

- выполнение ДОО требований пожарной безопасности и электробезопасности;
- выполнение ДОО требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОО; - возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ТНР, в том числе детей- инвалидов к объектам инфраструктуры ДОО.

### 3.3. Методическое обеспечение образовательной деятельности

Автор	Название	Издательство
Борисова М. М.	Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3 — 7 лет.	Мозаика-синтез, Москва, 2021
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3 — 4 года)	Мозаика-синтез, Москва, 2020
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4 — 5 лет).	Мозаика-синтез, Москва, 2020
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5 — 6 лет).	Мозаика-синтез, Москва, 2020
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6 — 7 лет).	Мозаика-синтез, Москва, 2020
Пензулаева Л.И.	Оздоровительная гимнастика: Комплексы упражнений для детей 3 — 7 лет.	Мозаика-синтез, Москва, 2020
Л.И. Пензулаева.	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-4 лет.	Мозаика-Синтез, Москва 2020
Л.И. Пензулаева.	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 4-5 лет.	Мозаика-Синтез, Москва 2020
Л.И. Пензулаева.	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 5-6 лет.	Мозаика-Синтез, Москва 2020
Л.И. Пензулаева.	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 6-7 лет.	Мозаика-Синтез, Москва 2020
Т.Е. Харченко	Утренняя гимнастика в детском саду 2-3 года. Комплексы упражнений. ФГОС	Мозаика-синтез, Москва, 2018
Т.Е. Харченко	Утренняя гимнастика в детском саду 3-4 года. Комплексы упражнений. ФГОС	Мозаика-синтез, Москва, 2020
Т.Е. Харченко	Утренняя гимнастика в детском саду 4-5 лет. Комплексы упражнений. ФГОС	Мозаика-синтез, Москва, 2020
Т.Е. Харченко	Утренняя гимнастика в детском саду 5-6 лет. Комплексы упражнений. ФГОС	Мозаика-синтез, Москва, 2020
Т.Е. Харченко	Утренняя гимнастика в детском саду 6-7 года. Комплексы упражнений. ФГОС	Мозаика-синтез, Москва, 2020
	Комплексы утренней гимнастики и гимнастики после дневного сна для детей первой, второй группы раннего возраста.	Утверждено приказом зав МБДОУ №78 от 31.08.2021
	Комплексы гимнастики после сна. Младшая группа, средняя группа, старшая группа, подготовительная к школе группа.	Утверждено приказом зав МБДОУ №78 от 31.08.2021

<u>Федорова С. Ю.</u>	Планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет <u>ФГОС. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Новые возможности</u>	М- Мозаика – Синтез, 2020.
<u>Степаненкова Э. Я.</u>	Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет. <u>ФГОС ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Новые возможности</u>	М- Мозаика – Синтез, 2020.
Пензулаева Л. И	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-4 лет. <u>ФГОС ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Новые возможности</u>	М- Мозаика – Синтез, 2020.
Пензулаева Л. И	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 4-5 лет. <u>ФГОС ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Новые возможности</u>	М- Мозаика – Синтез, 2020.
Пензулаева Л. И	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 5-6 лет. <u>ФГОС ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Новые возможности</u>	М- Мозаика – Синтез, 2020.
Пензулаева Л. И	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 6-7 лет. <u>ФГОС ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Новые возможности</u>	М- Мозаика – Синтез, 2020.
Арчер К., Сирадж И.	Повышение уровня физического развития детей в возрасте от 2 до 6 лет за счет двигательной активности.	М- Мозаика – Синтез, 2019
С.Ю. Федорова	Гимнастика после сна с детьми 3-5 лет.	Мозаика-синтез, Москва, 2022
С.Ю. Федорова	Гимнастика после сна с детьми 5-7 лет.	Мозаика-синтез, Москва, 2022
Э.Я. Степаненкова	Сборник подвижных игр для детей раннего возраста. 2–3 года.	Мозаика-синтез, Москва, 2022
	Картотека малоподвижных игр (младшая, средняя группы)	Утверждено приказом заведующего №70 от 31.08.2022
	Картотека малоподвижных игр (старшая группа)	Утверждено приказом заведующего №70 от 31.08.2022
	Картотека малоподвижных игр (подготовительная к школе группа)	Утверждено приказом заведующего №70 от 31.08.2022
	Картотека подвижных игр (средняя группа)	Утверждено приказом заведующего №70 от 31.08.2022
	Картотека подвижных игр (старшая группа)	Утверждено приказом заведующего №70 от 31.08.2022

	Картотека подвижных игр (подготовительная к школе группа)	Утверждено приказом заведующего №70 от 31.08.2022
	Картотека гимнастики после сна (старшая группа)	Утверждено приказом заведующего №70 от 31.08.2022



1.	Физкультурные досуги, развлечения		1-2 раза в месяц 15-20 мин.		1-2 раза в месяц 20- 25 мин.		1-2 раза в месяц 25- 30 мин.		1-2 раза в месяц 30-35 мин.
2.	День здоровья		1 раз в квартал		1 раз в квартал		1 раз в квартал		1 раз в квартал
3.	Спортивный праздник				2 раза в год до 45мин		2 раза в год до 60 мин		2 раза в год до 60 мин

### Календарно-тематическое планирование физкультурных праздников, развлечений, дней здоровья.

№	Дата	Мероприятие	Место проведения	Возрастные группы	Участники
1.	Сентябрь	<b>Спортивно-музыкальное развлечение</b> «День знаний»	Спортивная площадка	Все возрастные группы	Старший воспитатель, музыкальный руководитель, инструктор по ФК, воспитатели групп.
2.	Сентябрь	<b>День здоровья</b> «Малые Олимпийские игры»	Спортивная площадка Спортивный зал Спортивный зал	Старший дошкольный возраст Средняя Младшая Все возрастные группы	Старший воспитатель, медицинский работник, инструктор по ФК, воспитатели групп. Родители.
3.	Октябрь	Развлечение «Веселые старты»	Спортивный зал	Старший дошкольный возраст	Старший воспитатель, медицинский работник, инструктор по ФК, воспитатели групп
4.	Ноябрь	Спортивный праздник посвященный 4 ноября « День народного единства»	Музыкальный зал	Старший дошкольный возраст Средняя	Методист, старший воспитатель, музыкальный руководитель, инструктор по ФК, воспитатели групп.
5.	Декабрь	Спортивные соревнования «Горячий мяч»	Спортивный зал	Подготовительная, старшая, средняя	Старший воспитатель, медицинский работник, инструктор по ФК, воспитатели групп.



6.	Январь	День здоровья	Спортивный зал	Подготовительная, старшая, средняя	инструктор по ФК, воспитатели групп.
7.	Февраль	Спортивный праздник ко Дню Защитника Отечества	Спортивный зал	Подготовительная группа	. инструктор ФК, воспитатели групп
8.	Март	День здоровья	Спортивный зал	Подготовительная , старшая	Старший воспитатель, медицинский работник, инструктор по ФК, воспитатели групп
9.	Апрель	Развлечение « Полет в космос»	Спортивный зал	Старшая и средняя группа	Инструктор ФК, воспитатели
10	Май	День здоровья « Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»	Спортивная площадка	Все группы	Инструктор ФК, музыкальный руководитель, воспитатели.

**Оснащенность музыкально-спортивного зала оборудованием  
для ОДД «Физическая культура»**

33

№ пп	Наименование оборудования	Коли- чество
	Палка гимнастическая маленькие/большие	<b>21\34</b>
	Гантели (пластмас.)	<b>114</b>
	Комплект разноцветных кеглей	<b>3</b>
	Скакалка детская	<b>25</b>
	Мешочки для метания	<b>48</b>
	Мячи-массажеры	<b>8</b>
	Мат детский 100x100x15	<b>2</b>
	Флажки разноцветные	<b>46</b>
	Прыгающий мяч с ручкой (диаметр не менее 45 см)	<b>9</b>
	Обруч пластмассовый плоский диаметром 65 см	<b>32</b>
	Мяч баскетбольный	<b>5</b>
	Кольцеброс	<b>3</b>
	Канат для перетягивания 6 м, диаметр – 30 мм	<b>1</b>
	Гантели 2 шт. по 0,5 кг	<b>4 пары</b>
	Корзина для мячей	<b>1</b>
	Конус сигнальный	<b>11</b>
	Скамья гимнастическая 2 м	<b>2</b>
	Мяч набивной	<b>6</b>
	Кубики маленькие	<b>56</b>
	Кубики большие	<b>16</b>
	Коврик со следами	<b>2</b>
	Дорожка массажная	<b>2</b>
	Мягкие модули	<b>2</b>
	Батут резиновый	<b>1</b>
	Мяч футбольный	<b>12</b>
	Кольца гимнастические	<b>2</b>
	Ходунки	<b>27</b>
	Шайбы	<b>15</b>

### Оснащенность спортивных центров по группам

Центры активности	Оборудование и материалы Подготовительной группы «Умка»	Оборудование и материалы Средней группы «Звездочки»	Оборудование и материалы Подготовительной к школе группы «Почемучки»
Спортивный центр	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Мягкие модули – 1 набор</li> <li>•Кегли – 1 набора</li> <li>•Мячи резиновые - 7 шт</li> <li>•Флажки - 10 шт</li> <li>•Мешочки - 4 шт</li> <li>Массажный коврик – 3 набора</li> <li>Гантели маленькие - 3 набора</li> <li>Гантели большие -3 набора</li> <li>Скакалки - 4 штуки</li> <li>Кольцеброс -2 шт</li> <li>Обручи-5 шт</li> <li>Гимнастические палки-7 шт</li> <li>Гимнастические ленты-10 шт</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Мягкие модули – 1 набор</li> <li>•Кегли – 2 набора</li> <li>•Мячи резиновые - 4 шт</li> <li>•Мешочки - 10 шт</li> <li>Массажный коврик – 3 набора</li> <li>Гантели маленькие - 10 наборов</li> <li>Скакалки - 5 штуки</li> <li>Кольцеброс -1 шт</li> <li>Обручи-3 шт</li> <li>Гимнастические палки-70 шт</li> <li>Гимнастические ленты-4 шт</li> <li>Ходули – 3 набора</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Обруч 2</li> <li>•Скакалка 1</li> <li>•Флажки 12</li> <li>•Кегли большие 6</li> <li>•Кегли маленькие 10</li> <li>Мячи 1</li> <li>•Шары 10</li> <li>•Песочные мешки 6</li> <li>•Детский тренажёр «Кольцеброс» 1</li> <li>•Детский тренажёр на тренировку меткости 1</li> <li>•Модульный коврик «ОРТОДОН» 1</li> <li>•Детские спортивные тренажеры металлический 1</li> </ul>

## Система физкультурно-оздоровительной работы

№ п/п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1	Обеспечение здорового ритма жизни - щадящий режим / в адаптационный период/ - гибкий режим дня - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей - организация благоприятного микроклимата	Первая (Вторая) группа раннего возраста  Все группы  Все группы	Ежедневно в адаптационный период  ежедневно  ежедневно	Воспитатели, Медицинская сестра, педагоги
2	Двигательная активность	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по физической культуре
3	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по физической культуре
4	Организованная детская деятельность по физическому развитию - в зале; - на улице.	Все группы Средние, старшие и подготовительные к школе группы	Согласно сетке ОДД	Инструктор по физической культуре Воспитатели
5	Спортивные упражнения (санки, лыжи, велосипеды и др.)	Во всех группах	Согласно сетке ОДД	Воспитатели
6	Элементы спортивных игр	Старшие и подготовительные к школе группы	Согласно сетке ОДД	Воспитатели, Инструктор по физической культуре
7	Активный отдых - спортивный час; - физкультурный досуг;	Все группы	Согласно сетке ОДД	Инструктор по физической культуре Воспитатели
8	Физкультурные праздники (зимой, летом)	Все группы	Согласно годовому плану	Инструктор по физической культуре,

				Воспитатели, Музыкальный руководитель
Лечебно – профилактические мероприятия				
1	Витамиотерапия	Все группы	Согласно плана медицинского работника	Медицинская сестра, повара
2	Профилактика гриппа (режим проветривания)	Все группы	Ежедневно	Медицинская сестра, младшие воспитатели
3	Физиотерапевтические процедуры (кварцевание)	Все группы	В течении года	Медицинская сестра, младшие воспитатели
4	Фитонезидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	В неблагоприятный период (эпидемии гриппа, инфекции в группе)	Воспитатели Медицинская сестра
Закаливание				
1	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна	Воспитатели
2	Ходьба босиком	Все группы	Лето	Воспитатели
3	Облегчённая одежда детей	Все группы	В течении дня	Воспитатели, Младшие воспитатели
4	Мытьё рук до локтя, лица	Все группы	Несколько раз в день	Воспитатели

Формы работы	Виды занятий	<b>Модель двигательного режима по всем возрастным группам</b>				
		Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей				
		1,6-3 лет	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	В помещении	3 раза в неделю по 10 минут	3 раза в неделю по 15 минут	2 раза в неделю по 20 минут	2 раза в неделю по 25 минут	2 раза в неделю по 30 минут
	На улице	-	-	1 раз в неделю по 20 минут	1 раз в неделю по 20 минут	1 раз в неделю по 30 минут
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	Ежедневно по 5-7 минут	Ежедневно по 5-7 минут	Ежедневно по 6-8 минут	Ежедневно по 8-10 минут	Ежедневно по 10 минут
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза в день (утром и вечером) по 10-15 минут	Ежедневно 2 раза в день (утром и вечером) по 15-20 минут	Ежедневно 2 раза в день (утром и вечером) по 20-25 минут	Ежедневно 2 раза в день (утром и вечером) по 25-30 минут	Ежедневно 2 раза в день (утром и вечером) по 30-40 минут
	физкультминутки (в середине статического занятия)	3 минуты в зависимости от вида и содержания занятия	3-5 минут в зависимости от вида и содержания занятия	3-5 минут в зависимости от вида и содержания занятия	3-5 минут в зависимости от вида и содержания занятия	3-5 минут в зависимости от вида и содержания занятия
Активный отдых	Физкультурные развлечения	1 раз в неделю по 10 минут	1 раз в неделю по 15 минут	1 раз в две недели по 15 минут	1 раз в две недели по 25 минут	1 раз в две недели по 25 минут
	Физкультурный праздник	-	-	2 раза в год по 30 минут	2 раза в год по 40 минут	2 раза в год по 50 минут
	Неделя здоровья	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
--	---	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------