

**«Согласована»**  
решением Педагогического совета  
Протокол № 1  
от «30» августа 2024г.

**«Утверждена»**  
Приказом № 108  
от «30» августа 2024 г

Заведующий ГБДОУ № 3 \_\_\_\_\_  
*И.Н.Кузнецова*

**Рабочая программа**  
**инструктора по физической культуре**  
**Дружкиной Светланы Владимировны**

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
детского сада №3 Кировского района Санкт-Петербурга  
на 2024-2025 учебный год.

дети дошкольного возраста от 3 до 7 лет

**Санкт-Петербург**  
**2024г.**

## Содержание

№ п/п	Наименование раздела	стр.
	Общие положения	<b>3</b>
<b>I.</b>	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>4</b>
1.1.	Цели, задачи, принципы и подходы к формированию Краткая характеристика возрастных особенностей детей 3-7 лет Планируемые результаты детей 3-7 лет	<b>4</b>
1.2.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов Цели, задачи педагогической диагностики Результаты педагогической диагностики (мониторинга)	<b>7</b>
<b>II.</b>	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>8</b>
2.1.	Основные задачи и содержание образовательной деятельности с детьми 3 – 7 лет в области «Физическое развитие», комплексно-тематическое планирование: Группа с 3-4 лет Группа с 4-5 лет Группа с 5-6 лет Группа с 6-7 лет	<b>8</b>  <b>9</b> <b>11</b> <b>15</b> <b>18</b>
2.2.	Интеграция области «Физическое развитие» с другими образовательными областями	<b>21</b>
2.3.	Интеграция образовательной и воспитательной работы	<b>22</b>
2.4.	Перспективный план физкультурных досуговых мероприятий на 2023-2024 учебный год	<b>23</b>
2.5.	Методическое обеспечение образовательной деятельности Образовательная область «Физическое развитие»	<b>24</b>
2.6.	Организация и формы взаимодействия с семьями воспитанников	<b>26</b>
<b>III.</b>	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>28</b>
3.1.	Режимы и распорядок дня детей с 3-7 лет	<b>28</b>
3.2.	Особенности организации РППС	<b>31</b>
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 1</b> Учебный план на 2024-2025 учебный год	<b>33</b>

## **Общие положения**

Рабочая программа (далее – РП) разработана на основе Образовательной программы дошкольного образования (далее – ОП) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 3 Кировского района Санкт-Петербурга (далее - ГБДОУ).

В соответствии:

- с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17.09.2013 г. №1155, зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 г., регистрационный №30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 08.11.2022 г. №955, зарегистрировано в Минюсте России 06.02.2023 г., регистрационный №72264) (далее – ФГОС ДО);
- с федеральной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25.11.2022 г. №1028, зарегистрировано в Минюсте России 28.12.2022 г., регистрационный №71847) (далее – ФОП ДО).

С учётом следующих документов:

- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (далее - СанПиН 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г. №28);
- «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (далее - СанПиН 1.2.3685-21 от 28.01.2021 г.);
- «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее - СанПиН 2.3/2.4.3590-20 от 27.10.2020 г. №32).

Обеспечивает:

- воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами;
- создание единого ядра содержания дошкольного образования, ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным ценностям российского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины;
- 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.

Рабочая программа по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие» обеспечивает физическое развитие детей с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей детей. РП содержит мероприятия, направленные на обогащение двигательного опыта, обучение правильной технике выполнения движений, становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, формирование представлений о некоторых видах спорта, становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами, правилами. В РП представлены образовательные технологии: Николаева Н.И. «Школа мяча», Буренина А.И. «Ритмическая мозаика»; игровые технологии (подвижные игры, эстафеты); здоровьесберегающие технологии (профилактика плоскостопия, формирование правильной осанки, дыхательная, пальчиковая гимнастика),

Реализация РП осуществляется ежедневно в течение всего учебного года в процессе:

- организованной образовательной деятельности с детьми (занятия);
- совместная и индивидуальная работа с детьми;
- организованной досуговой деятельности;
- в процессе взаимодействия с семьями воспитанников.

Срок реализации Рабочей программы 1 год (сентябрь 2024-август 2025 учебный год)

## І. Целевой раздел

### 1.1. Целевой раздел обязательной части

<b>Цель</b>	Разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.
<b>Задачи</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;</li><li>2. приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;</li><li>3. построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;</li><li>4. создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;</li><li>5. охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;</li><li>6. обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;</li><li>7. обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;</li><li>8. достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.</li></ol>
<b>Принципы и подходы к формированию рабочей программы</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• полноценное проживание ребенком всех этапов детства, обогащение (амплификация) детского развития;</li><li>• построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;</li><li>• содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей, а также педагогических работников</li><li>• признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;</li><li>• поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;</li><li>• сотрудничество ГБДОУ с семьей;</li><li>• приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;</li><li>• формирование познавательных интересов и познавательных действий</li></ul>

	<p>ребенка в различных видах деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);</li> <li>• учет этнокультурной ситуации развития детей.</li> </ul>
<p><b>Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей с 3-7 лет</b></p>	<p><u>Вторая младшая группа</u> (3-4года). Дети младшего возраста отличаются небольшими координационными способностями, мышечный тонус (упругость) еще недостаточный. Крупная мускулатура в своем развитии преобладает над мелкой, поэтому детям легче даются движения всей рукой (прокатывание мяча). В этом возрасте дети способны понять поставленную перед ними задачу – встать, ноги на ширину стопы или на ширину плеч и т.д. Ребенок 3-4 лет не может сознательно регулировать дыхание и согласовывать его с движением. Сердечно -сосудистая система ребенка лучше приспособлена к потребностям растущего организма. Однако сердце ребенка работает хорошо лишь при условии посильных нагрузок. Внимание еще неустойчиво, легко нарушается при изменении окружающей обстановки. В этот период высока потребность ребёнка в движении. Ребёнок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.); начинают формироваться физические качества (скоростные, силовые, координация, гибкость, выносливость). Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.</p> <p><u>Средняя группа</u> (4-5 лет). Двигательная сфера детей среднего возраста характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики; активно развиваются ловкость, координация движений, равновесие, отличаются гибкостью. В процессе роста и развития разные группы мышц развиваются неравномерно: сначала крупные мышечные группы, потом мелкие, поэтому следует дозировать нагрузку, в частности для мелких мышечных групп. К 5 годам брюшной тип дыхания у детей начинает заменяться грудным. Несколько увеличивается жизненная емкость легких, причем у мальчиков она больше, чем у девочек. К 4-5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов, повышается самостоятельность действий, умозаключений, но процесс возбуждения преобладает. К пяти годам усиливается эффективность педагогического воздействия, направленного на концентрацию нервных процессов, восприятие становится более развитым. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. Речь становится предметом активности детей. Ведущим становится познавательный мотив. Выделяются лидеры, появляются конкурентность, соревновательность. В игровой деятельности появляются ролевые взаимодействия.</p> <p><u>Старшая группа</u> (5-6 лет) К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Тело приобретает заметную устойчивость, отсутствуют лишние движения. Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Более совершенно овладевает различными видами движений. Появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений, что ускоряет формирование двигательных навыков и качественно их улучшает. Дети старшего дошкольного возраста осознают последовательность событий, понимают сложные обобщения. В этом возрасте совершенствуются основные процессы: возбуждение, и особенно торможение, и несколько легче в данный период формируются все виды условного торможения. Работа сердца становится более ритмичной. В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера.</p>

	<p>Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные). В старшем возрасте полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни. Интерес к игре ярко выражен, могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли.</p> <p><u>Подготовительная группа (6-7 лет).</u> К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут долго бегать, выполнять сложные физические упражнения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя. Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»). Имеет представление о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и т.п.) и здоровье, заботиться о нем. Владеет культурно-гигиеническими навыками и понимает их необходимость.</p>
<p><b>Планируемые результаты</b></p>	<p>Планируемые результаты в дошкольном возрасте к четырем годам (см. ФОП ДО п.15.3.1.) <a href="#">Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 · Официальное опубликование правовых актов (pravo.gov.ru)</a></p> <p>Планируемые результаты в дошкольном возрасте к пяти годам(см. ФОП ДО п.15.3.2.) <a href="#">Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 · Официальное опубликование правовых актов (pravo.gov.ru)</a></p> <p>Планируемые результаты в дошкольном возрасте к шести годам(см. ФОП ДО п.15.3.3.) <a href="#">Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 · Официальное опубликование правовых актов (pravo.gov.ru)</a></p> <p>Планируемые результаты к концу дошкольного возраста(см. ФОП ДО п.15.4.) <a href="#">Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 · Официальное опубликование правовых актов (pravo.gov.ru)</a></p>

## 1.2. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО. При реализации РП может проводиться оценка индивидуального развития детей, которая осуществляется педагогом в рамках педагогической диагностики.

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

Основная задача диагностики – получение информации об индивидуальных особенностях развития ребенка. На основании этой информации разрабатываются рекомендации для воспитателей и родителей (законных представителей) по организации образовательной деятельности, планированию индивидуальной образовательной деятельности. Педагогическая диагностика проводится в начале и в конце учебного года. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребенка. При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребенка в группе.

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится педагогом в произвольной форме на основе малоформализованных диагностических методов.

Результаты наблюдения фиксируются, в диагностических таблицах, в которых отражены показатели возрастного развития ребенка и критерии их оценки. Фиксация данных наблюдения позволят педагогу отследить, выявить и проанализировать динамику в развитии ребенка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учетом индивидуальных особенностей развития ребенка и его потребностей.

### Система педагогической диагностики (мониторинга)

Объект	Формы и методы	Периодичность	Длительность	Сроки
индивидуальные достижения детей: образовательная область "Физическое развитие" дети с 3-7 лет	1. наблюдения; 2. свободные беседы с детьми; 3. тесты физической подготовленности	2 раза в год	1-2 недели	Сентябрь Май

## II. Содержательный раздел

### 2.1. Основные задачи и содержание образовательной деятельности с детьми 3-7 лет в области «Физическое развитие»

В основу организации образовательного процесса определен комплексно-тематический принцип планирования.

Неделя Месяц	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
<b>Сентябрь</b>	«День знаний»	«Как я провел лето»	«Детский сад»	«Я вырасту здоровым»
<b>Октябрь</b>	«Урожай»	«Урожай»	«Дары осени»	«Осень»
<b>Ноябрь</b>	«Моя страна, мой город»	«Животный мир»	«Животный мир»	«Моя семья»
<b>Декабрь</b>	«Зимушка зима»	«Зимушка зима»	«Новый год»	«Новый год»
<b>Январь</b>	-----	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»	«Мой город»
<b>Февраль</b>	«Мир сказок»	«Мир сказок»	«23 февраля»	«8 марта»
<b>Март</b>	«8 марта»	«Весна»	«Весна»	«Народная культура и традиции»
<b>Апрель</b>	«Мир поэзии»	«Космос»	«Природа»	«Природа»
<b>Май</b>	«День Победы»	«День Победы»	«Растительный мир»	«День города»
<b>Лето</b>	«Здравствуй лето»	«Пожарная безопасность»	«Здоровье»	«Экология»
<b>Лето</b>	«Безопасность на дороге»	«Спорт»	-----	-----



## Содержание образовательной работы с детьми. Младшая группа (3-4 лет)

### Образовательная область «Физическое развитие»

Задачи образования от 3 лет до 4 лет (ФОП ДО п.22.4.) [Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 · Официальное опубликование правовых актов \(pravo.gov.ru\)](#)

1. обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
2. развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
3. формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
4. укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
5. закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

Месяц	Темы (направления деятельности)	Основные задачи работы с детьми	Формы работы
сентябрь	<b>День знаний</b> (1 неделя) <b>Как я провел лето</b> (2 неделя) <b>Мой любимый детский сад</b> (3 неделя) <b>Я расту здоровым</b> (4 неделя)	Познакомить детей с физкультурным залом, с правилами поведения в физкультурном зале. Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, день здоровья, беседа, индивидуальная работа по развитию движений.
октябрь	<b>Урожай</b> (1,2 неделя) <b>Дары осени</b> (3 неделя) <b>Осень</b> (4 неделя)	Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, полезных для здоровья человека.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, индивидуальная работа по развитию движений, ритмические танцевальные движения.
ноябрь	<b>Моя страна, мой город</b> (1 неделя) <b>Животный мир</b> (2,3 неделя) <b>Моя семья</b> (4 неделя)	Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закалывания. Знакомить детей с характерными признаками животных и их местом обитания, имитация движений животных.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, индивидуальная работа по развитию движений. Создание фотоколлаж «Дневник здоровья семьи»

декабрь	<b>Зима</b> (1,2 неделя) <b>Новый год</b> (3,4 неделя)	Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, индивидуальная работа по развитию движений, спортивные упражнения (катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам)/, ритмические танцевальные движения.
январь	<b>Зимние забавы</b> (2,3 неделя) <b>Мой город</b> (4 неделя)	Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни. Познакомить детей с зимними развлечениями.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, день здоровья, беседа, праздник, просмотр наглядной информации о зимних видах спорта и спортсменах, здоровом образе жизни, индивидуальная работа по развитию движений.
февраль	<b>Мир сказок</b> (1,2 неделя) <b>23 февраля</b> (3 неделя) <b>8 марта</b> (4 неделя)	Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, стихи, музыкально – ритмические композиции, индивидуальная работа по развитию движений.
март	<b>8 марта</b> (1 неделя) <b>Весна</b> (2,3 неделя) <b>Народная культура, традиции</b> (4 неделя)	Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения. Дать представление о молочных продуктах, полезных для здоровья человека.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, считалки, народные и хороводные игры, стихи, музыкально – ритмические композиции, индивидуальная работа по развитию движений.
апрель	<b>Мир поэзии</b> (1 неделя) <b>Космос</b> (2 неделя) <b>Природа</b> (3,4 неделя)	Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, день здоровья, беседа, индивидуальная работа по развитию движений.
май	<b>День победы</b> (1,2 неделя) <b>Растения</b> (3 неделя) <b>День города</b> (4 неделя)	Формирование у детей безопасного поведения на улице. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.	Занятие, подвижные, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, стихи, музыкально – ритмические композиции, просмотр наглядной информации о летних видах спорта и спортсменах, здоровом образе жизни, индивидуальная работа по развитию движений.

<b>июль-август</b>	<b>«Здравствуй, Лето!»</b> (1 неделя)	Расширить двигательный опыт с использованием уличного оборудования.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, считалки, народные и хороводные игры, стихи, праздник, музыкально – ритмические композиции, индивидуальная работа по развитию движений. Упражнения с использованием спортивного оборудования на площадке (скалодром, балансиры, лестницы, мишени).
	<b>«Пожарная безопасность»</b> (2 неделя)	Дать представление о необходимости закаливания.	
	<b>«Здоровье»</b> (3 неделя)		
	<b>«Экология»</b> (4 неделя)		
	<b>«Безопасность на дороге»</b> (5 неделя)		
	<b>«Физкультура и спорт»</b> (6 неделя)		

## Содержание образовательной работы с детьми. Средняя группа (4-5 лет)

### Образовательная область «Физическое развитие»

**Задачи образования от 4 лет до 5 лет (ФОП ДО п.22.5.)** [Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 · Официальное опубликование правовых актов \(pravo.gov.ru\)](#)

1. обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;
2. формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
3. воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
4. продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
5. укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
6. формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

Месяц	Темы (направления деятельности)	Основные задачи работы с детьми	Формы работы
сентябрь	<b>День знаний</b> (1 неделя) <b>Как я провел лето</b> (2 неделя) <b>Мой любимый детский сад</b> (3 неделя) <b>Я выросу здоровым</b> (4 неделя)	Развивать интерес к событиям летнего отдыха. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Развивать представления о некоторых видах спорта.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, день здоровья, беседа, катание на самокате, индивидуальная работа по развитию движений. Рассматривание иллюстраций о летних видах спорта.
октябрь	<b>Урожай</b> (1,2 неделя) <b>Дары осени</b> (3 неделя) <b>Осень</b> (4 неделя)	Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.	Занятие, досуг, подвижные, дидактические игры, игровые упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, ритмические танцевальные движения.

ноябрь	<b>Моя страна, мой город</b> <i>(1 неделя)</i> <b>Животный мир</b> <i>(2,3 неделя)</i> <b>Моя семья</b> <i>(4 неделя)</i>	Формирование моральных качеств, положительных навыков и привычек. Продолжать развивать активность детей в играх, формировать доброжелательные взаимоотношения между детьми, обращать внимание детей на хорошие поступки друг друга.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, индивидуальная работа по развитию движений. Создание фотоколлаж «Дневник здоровья семьи»
декабрь	<b>Зима</b> <i>(1,2 неделя)</i> <b>Новый год</b> <i>(3,4 неделя)</i>	Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, индивидуальная работа по развитию движений, спортивные упражнения (катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам), ритмические танцевальные движения.
январь	<b>Зимние забавы</b> <i>(2,3 неделя)</i> <b>Мой город</b> <i>(4 неделя)</i>	Формировать представления о зимних видах спорта. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, день здоровья, беседа. Презентация наглядной информации о зимних видах спорта и спортсменах, здоровом образе жизни, индивидуальная работа по развитию движений.
февраль	<b>Мир сказок</b> <i>(1,2 неделя)</i> <b>23 февраля</b> <i>(3 неделя)</i> <b>8 марта</b> <i>(4 неделя)</i>	Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, праздник. беседа, стихи, музыкально – ритмические композиции, индивидуальная работа по развитию движений.
март	<b>8 марта</b> <i>(1 неделя)</i> <b>Весна</b> <i>(2,3 неделя)</i> <b>Народная культура, традиции</b> <i>(4 неделя)</i>	Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, считалки, народные и хороводные игры, стихи, музыкально – ритмические композиции, индивидуальная работа по развитию движений.
апрель	<b>Мир поэзии</b> <i>(1 неделя)</i> <b>Космос</b> <i>(2 неделя)</i> <b>Природа</b> <i>(3,4 неделя)</i>	Формирование чувства патриотизма, интерес и уважение к первооткрывателям космоса. Воспитание любви к природе, желания беречь ее.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, день здоровья, беседа, индивидуальная работа по развитию движений.

май	<p><b>День победы</b> (1,2 неделя)</p> <p><b>Растения</b> (3 неделя)</p> <p><b>День города</b> (4 неделя)</p>	<p>Развитие эмоциональной отзывчивости, сопереживания, уважительного и доброжелательного отношения к окружающим. . Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.</p>	<p>Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, стихи, музыкально – ритмические композиции. просмотр наглядной информации о летних видах спорта и спортсменах, здоровом образе жизни, индивидуальная работа по развитию движений.</p>
июль-август	<p><b>«Здравствуй, Лето!»</b> (1 неделя)</p> <p><b>«Пожарная безопасность»</b> (2 неделя)</p> <p><b>«Здоровье»</b> (3 неделя)</p> <p><b>«Экология»</b> (4 неделя)</p> <p><b>«Безопасность на дороге»</b>(5 неделя)</p> <p><b>«Физкультура и спорт»</b> (6 неделя)</p>	<p>Расширять представления детей о летних изменениях в природе. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.</p>	<p>Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, считалки, народные и хороводные игры, стихи, праздник, музыкально – ритмические композиции, индивидуальная работа по развитию движений. Упражнения с использованием спортивного оборудования на площадке (скалодром, балансиры, лестницы, мишени).</p>

## Содержание образовательной работы с детьми. Старшая группа (5-6 лет)

### Образовательная область «Физическое развитие»

Задачи образования от 5 лет до 6 лет (ФОП ДО п.22.6.) [Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 · Официальное опубликование правовых актов \(pravo.gov.ru\)](#)

1. обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
2. развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
3. воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
4. продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
5. укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
6. расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
7. воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

Месяц	Темы (направления деятельности)	Основные задачи работы с детьми	Формы работы
сентябрь	<b>День знаний</b> (1 неделя) <b>Как я провел лето</b> (2 неделя) <b>Мой любимый детский сад</b> (3 неделя) <b>Я выроссту здоровым</b> (4 неделя)	Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в физкультурном зале и на спортивной площадке. Расширять представления о составляющих здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода—наши лучшие друзья) и факторах, ухудшающих здоровье.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, день здоровья, беседа, катание на самокате, индивидуальная работа по развитию движений. Рассмотрение иллюстраций «Летние виды спорта».
октябрь	<b>Урожай</b> (1,2 неделя) <b>Дары осени</b> (3 неделя) <b>Осень</b> (4 неделя)	Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.	Занятие, досуг, подвижные, дидактические игры, игровые упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, ритмические танцевальные движения, презентация истории олимпиады. Стихи о ЗОЖ и физкультуре.

ноябрь	<b>Моя страна, мой город</b> <i>(1 неделя)</i> <b>Животный мир</b> <i>(2,3 неделя)</i> <b>Моя семья</b> <i>(4 неделя)</i>	<p>Расширять представления детей о родной стране, о государственных праздниках. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физкультуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.</p>	<p>Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, индивидуальная работа по развитию движений. Считалки.</p>
декабрь	<b>Зима</b> <i>(1,2 неделя)</i> <b>Новый год</b> <i>(3,4 неделя)</i>	<p>Сформировать представления о зимних видах спорта. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p>	<p>Занятие, досуг, беседа подвижные и дидактические игры, игровые упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, (катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам), ритмические танцевальные движения.</p>
январь	<b>Зимние забавы</b> <i>(2,3 неделя)</i> <b>Мой город</b> <i>(4 неделя)</i>	<p>Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.</p>	<p>Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, день здоровья, беседа, праздник, презентация наглядной информации о зимних видах спорта и спортсменах, здоровом образе жизни, индивидуальная работа по развитию движений.</p>
февраль	<b>Мир сказок</b> <i>(1,2 неделя)</i> <b>23 февраля</b> <i>(3 неделя)</i> <b>8 марта</b> <i>(4 неделя)</i>	<p>Поддерживать инициативу и творчество детей. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека: представления о Российской армии. Воспитывать уважение к защитникам отечества.</p>	<p>Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, праздник, беседа, стихи, музыкально – ритмические композиции, индивидуальная работа по развитию движений. Рассматривание иллюстраций «Зимние виды спорта». Рисунки военная профессия.</p>
март	<b>8 марта</b> <i>(1 неделя)</i> <b>Весна</b> <i>(2,3 неделя)</i> <b>Народная культура, традиции</b> <i>(4 неделя)</i>	<p>Расширять представления детей о государственных праздниках: традиционные гендерные представления. Знакомить детей с возможностями здорового человека. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми; привычку общаться, играть, заниматься. Побуждать к использованию в речи фольклора.</p>	<p>Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, считалки, народные и хороводные игры, стихи, музыкально – ритмические композиции, индивидуальная работа по развитию движений.</p>



апрель	<b>Мир поэзии</b> <i>(1 неделя)</i> <b>Космос</b> <i>(2 неделя)</i> <b>Природа</b> <i>(3,4 неделя)</i>	Воспитание любви к природе, желания беречь ее. Расширение кругозора детей, формирование целостной картины мира. Дать детям представление о планетах.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, день здоровья, беседа, индивидуальная работа по развитию движений. Рисунки «Я- спортсмен»
май	<b>День победы</b> <i>(1,2 неделя)</i> <b>Растения</b> <i>(3 неделя)</i> <b>День города</b> <i>(4 неделя)</i>	Формирование гражданской принадлежности; воспитание любви к Родине, гордости за ее достижения, патриотических чувств. Формирование первичных представлений о природном многообразии планеты Земля.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, стихи, музыкально – ритмические композиции, просмотр наглядной информации о летних видах спорта и спортсменах, здоровом образе жизни, индивидуальная работа по развитию движений.
июль-август	<b>«Здравствуй, Лето!»</b> <i>(1 неделя)</i> <b>«Пожарная безопасность»</b> <i>(2 неделя)</i> <b>«Здоровье»</b> <i>(3 неделя)</i> <b>«Экология»</b> <i>(4 неделя)</i> <b>«Безопасность на дороге»</b> <i>(5 неделя)</i> <b>«Физкультура и спорт»</b> <i>(6 неделя)</i>	Расширить двигательный опыт спортивного оборудования на площадке. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья. Упражнять в спортивных играх и упражнениях. Знакомство правилами безопасного поведения на воде. Воспитывать уважительное отношение к сверстникам своего и противоположного пола. Уточнять знания детей об элементах дороги (проезжая часть, пешеходный переход, тротуар), о движении транспорта, о работе светофора.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, считалки, народные и хороводные игры, стихи, праздник, музыкально – ритмические композиции, индивидуальная работа по развитию движений. Упражнения с использованием спортивного оборудования на площадке (скалодром, балансиры, лестницы, канат, кольца). Спортивные игры с элементами баскетбола, волейбола, футбола, бадминтона.

## Содержание образовательной работы с детьми Подготовительная группа (6-7 лет)

### Образовательная область «Физическое развитие»

**Задачи образования от 6 лет до 7 лет (ФОП ДО п.22.7.)** [Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 · Официальное опубликование правовых актов \(pravo.gov.ru\)](#)

1. обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;
2. развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
3. поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимодействие в команде;
4. воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
5. формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
6. сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
7. воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

Месяц	Темы (направления деятельности)	Основные задачи работы с детьми	Формы работы
сентябрь	<b>День знаний</b> (1 неделя) <b>Как я провел лето</b> (2 неделя) <b>Мой любимый детский сад</b> (3 неделя) <b>Я выроссту здоровым</b> (4 неделя)	Развивать интерес к событиям летнего отдыха. Формировать представления об активном отдыхе. Закреплять умение называть свое имя, фамилию, возраст. Закреплять традиционные гендерные представления, продолжать развивать в мальчиках и девочках качества, свойственные их полу.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, день здоровья, беседа, катание на самокате, индивидуальная работа по развитию движений. Рассмотрение иллюстраций «Летние виды спорта».
октябрь	<b>Урожай</b> (1,2 неделя) <b>Дары осени</b> (3 неделя) <b>Осень</b> (4 неделя)	Закрепить знания об осенних изменениях в природе. Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим). Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования).	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, индивидуальная работа по развитию движений, ритмические танцевальные движения. Стихи о ЗОЖ и физкультуре.

ноябрь	<b>Моя страна, мой город</b> <i>(1 неделя)</i> <b>Животный мир</b> <i>(2,3 неделя)</i> <b>Моя семья</b> <i>(4 неделя)</i>	Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формирование понимания того, что человек — часть природы, должен беречь, охранять и защищать ее, что в природе все взаимосвязано.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, индивидуальная работа по развитию движений. Считалки.
декабрь	<b>Зима</b> <i>(1,2 неделя)</i> <b>Новый год</b> <i>(3,4 неделя)</i>	Совершенствовать знания в зимних видах спорта и олимпийском движении. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры, самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.	Занятие, досуг, беседа, подвижные, дидактические игры, игровые упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, (катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам), ритмические танцевальные движения, Презентация об олимпиаде.
январь	<b>Зимние забавы</b> <i>(2,3 неделя)</i> <b>Мой город</b> <i>(4 неделя)</i>	Дать знания о сооружениях для проведения спортивных соревнований. Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Поддерживать интерес к физкультуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.	Занятие, досуг, день здоровья, беседа, подвижные, дидактические игры, игровые упражнения. Презентация о зимних видах спорта и спортсменах, ЗОЖ, индивидуальная работа по развитию движений.
февраль	<b>Мир сказок</b> <i>(1,2 неделя)</i> <b>23 февраля</b> <i>(3 неделя)</i> <b>8 марта</b> <i>(4 неделя)</i>	Формирование гражданской принадлежности; воспитание любви к Родине, гордости за ее достижения, патриотических чувств. Воспитывать уважение к защитникам отечества. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность,	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, праздник, беседа, работа по развитию движений. Рассматривание иллюстраций «Зимние виды спорта». Рисунки военная профессия.
март	<b>8 марта</b> <i>(1 неделя)</i> <b>Весна</b> <i>(2,3 неделя)</i> <b>Народная культура, традиции</b> <i>(4 неделя)</i>	Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, развивать умение договариваться, помогать друг другу. На основе расширения знаний об окружающем воспитывать патриотические и интернациональные чувства, любовь к Родине	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, считалки, народные и хороводные игры, стихи, музыкально – ритмические композиции, индивидуальная работа по развитию движений.

апрель	<b>Мир поэзии</b> (1 неделя) <b>Космос</b> (2 неделя) <b>Природа</b> (3,4 неделя)	Продолжать знакомить с различными видами спорта. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Формирование первичных представлений о природном многообразии планеты Земля. Рассказывать детям о Ю.А. Гагарине и других героях космоса.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, день здоровья, беседа, индивидуальная работа по развитию движений. Рисунки «Я- спортсмен»
май	<b>День победы</b> (1,2 неделя) <b>Растения</b> (3 неделя) <b>День города</b> (4 неделя)	Воспитывать уважение к защитникам Отечества, к памяти павших бойцов Формирование первичных представлений о ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках. Рассказывать детям о воинских наградах. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье. Продолжать знакомить с различными видами спорта.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, стихи, просмотр наглядной информации о летних видах спорта и спортсменах, здоровом образе жизни, индивидуальная работа по развитию движений.
июль-август	<b>«Здравствуй, Лето!»</b> (1 неделя) <b>«Пожарная безопасность»</b> (2 неделя) <b>«Здоровье»</b> (3 неделя) <b>«Экология»</b> (4 неделя) <b>«Безопасность на дороге»</b> (5 неделя) <b>«Физкультура и спорт»</b> (6 неделя)	Сформировать интерес к выбору спортивного инвентаря для самостоятельной деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять правила безопасного поведения во время игр (купание в водоемах, катание на велосипеде, самокате, роликах и др.). Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям.	Занятие, подвижные игры, дидактические игры, игровые упражнения, досуг, беседа, считалки, народные и хороводные игры, стихи, праздник, музыкально – ритмические композиции, индивидуальная работа по развитию движений. Упражнения с использованием спортивного оборудования на площадке (скалодром, балансиры, лестницы, канат, кольца). Спортивные игры с элементами баскетбола, волейбола, футбола, бадминтона.

## 2.2. Интеграция области «Физическое развитие» с другими образовательными областями

Социально-коммуникативное развитие	<p>развитие свободного общения со взрослыми и сверстниками в процессе выполнения физических упражнений и подвижных игр;</p> <p>реализация партнерского взаимодействия «взрослый-ребенок», «ребенок-ребенок»;</p> <p>развитие умения подчиняться правилам;</p> <p>формирование гендерной, семейной принадлежности;</p> <p>формирование трудовых умений и навыков;</p> <p>воспитание ценностного отношения к собственному труду, труду других людей и его результатам;</p> <p>формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх.</p> <p>приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях;</p> <p>приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности;</p> <p>познание собственного тела;</p> <p>формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности</p>
Познавательное развитие	<p>сенсорное развитие,</p> <p>формирование целостной картины мира, расширение кругозора в процессе подвижных игр;</p> <p>формирование элементарных математических представлений, развитие умения ориентироваться на местности;</p> <p>активизация мышления детей через самостоятельный выбор игры, оборудования и т. д.</p> <p>специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепление знаний об окружающем (имитация диких животных, труда взрослых); построение конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования); просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни.</p>
Речевое развитие	<p>обогащение области за счет использования считалок, стихов и песен;</p> <p>проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и образовательной деятельности по физическому воспитанию.</p> <p>игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетная образовательная деятельность по физическому развитию на темы сказок.</p>
Художественно-эстетическое развитие	<p>развитие мелкой моторики;</p> <p>формирование эстетики движения;</p> <p>развитие чувства ритма и чувства прекрасного;</p> <p>развитие – ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей;</p> <p>ритмическая гимнастика и упражнения под музыку; проведение спортивных мероприятий под музыкальное сопровождение;</p> <p>развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера,</p> <p>развитие детского творчества в движении</p>

### **2.3. Интеграция образовательной и воспитательной работы**

Основная цель физического и оздоровительного направления воспитания - формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности. Ценности - жизнь и здоровье.

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области "Физическое развитие" направлено на приобщение детей к ценностям "Жизнь", "Здоровье", что предполагает:

1. воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
2. формирование у ребенка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
3. становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
4. воспитание активности, самостоятельности, самоуважения,
5. коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
6. приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
7. формирование у ребенка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

Воспитательная работа по Физическое и оздоровительное направление воспитания предполагает интеграцию с другими направлениями воспитания - патриотическое, духовно нравственное, социальное, познавательное, трудовое, эстетическое.

#### **Целевые ориентиры физического и оздоровительного направления воспитания детей на этапе завершения освоения программы**

- Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья - занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих.
- Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества.
- Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности.
- Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.

## 2.4. Перспективный план физкультурных досуговых мероприятий на 2024-2025 учебный год

Месяцы Группа	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль
«Лучики»	физ.досуг «Страна Здоровья»  День здоровья	физ.досуг «В гостях у лесных зверей»	физ.досуг «В гости к Зайке»	физ.досуг «Играем с Петрушкой»	физ.досуг «Зимние забавы» День здоровья	физ.досуг «День защитника Отечества»	физ.досуг «Путешест вие в сказку» Масленичн ые игры	физ.досуг «На весенней поляне» День здоровья	физ.досуг «На прогулке»	физ.досуг «Лето к нам пришло!» (ко Дню защиты детей)	физ.досуг «Праздник мыльных пузырей»
«Малыши»,	физ.досуг «Хотим быть здоровыми» День здоровья	физ.досуг «В гостях у зверят»	физ.досуг «Лесная школа»	физ.досуг «Путешеств ие на другую планету»	физ.досуг «Зимние развлечени я»» День здоровья	физ.досуг «День защитника Отечества»	физ.досуг «Бабушки и внуки» Масленичн ые игры	физ.досуг «Здравствуй Весна» День здоровья	физ.досуг «Волшебные превращени я»	физ.досуг «Летом на лесной поляне» (ко Дню защиты детей)	физ.досуг «Ах, Лето!»  физ.праздник
«Почемучки»	физ.досуг «Дружные ребята»  День здоровья	физ.досуг «В мире животных »	физ.досуг День народного единства	физ.досуг «На Севере»»	физ.досуг «Снежная Королева»  День здоровья	физ.досуг «День защитника Отечества» физ.праздник «Зимушка- зима»	физ.досуг «Весёлые старты»  Масленичн ые игры	физ.досуг «Космонавты » День здоровья	физ.досуг «День Победы»	физ.досуг «Здоровье и смех пусть будут у всех» (ко Дню защиты детей)	физ.досуг «Поездка в Африку»  физ.праздник
«АБВГДЕЙКА» «Звёздочки»	физ.досуг «Азбука здоровья»  День здоровья	физ.досуг «Зов Джунглей »	физ.досуг День народного единства	физ.досуг «Кабы не было зимы»	физ.досуг «Зимняя прогулка»  День здоровья	физ.досуг «День защитника Отечества» физ.праздник «Здравствуй Спортландия! »	физ.досуг «В мире приключен ий»  Масленичн ые игры	физ.досуг «День космонавтик и» День здоровья	физ.досуг «День Победы»	физ.досуг «День физкультурн ика» (ко Дню защиты детей)	физ.досуг «Быстрые и ловкие»  физ.праздник

## 2.5. Методическое обеспечение образовательной деятельности Образовательная область «Физическое развитие»

### 1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

- Бабина К.С. «Комплексы утренней гимнастики в детском саду» М. «П», 1978г.
- Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб.: 1997.
- Буцинская П.П.«Общеразвивающие упражнения в детском саду» М. «П» 1990 г.
- Вавилова Е.Н. «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость» Москва, «Просвещение»,1981г.
- Вавилова Е.Н.«Учите бегать прыгать, лазать, метать» Москва, «Просвещение»,1983 г
- Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: Средний возраст. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.
- Голицина Н.С. «Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении» Москва, «Скрипторий» 2004г.
- Ермакова З.И. «На зарядку, малыши!» Минск 1970г.
- Кенеман А.В., Кистякова М. Ю., Осокина Т.И. «Физическая подготовка детей 5-6 лет к занятиям в школе» Москва, «Просвещение», 1980г.
- Кострыкина Л.Ю., Рыкова О.Г., Корнилова Т.Т. Малыши, физкульт-привет!. – М.: Издательство Скрипторий 2003, 2006.
- Лайзене С.Я.«Физическая культура для малышей», Москва, «Просвещение»,1978 г.
- Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду: Пособие для воспитателей. – М.: Просвещение, 1988.
- Муллаева Н.Б. «Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников» Спб «Детство-пресс» 2006г.
- Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. «Гимнастика в детском саду» М. «Просвещение» 1969г.
- Осокина Т.И.«Физическая культура в детском саду», Москва, «Просвещение», 1986г.
- Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» М, «М-Синтез»,2015г.
- Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет»М. «М-Синтез»,2009г.
- Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет» М, «М-Синтез»,2008г.
- Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия с детьми 6-7 лет» М, «М-Синтез»,2014г.
- Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е. «Физкульт-привет минуткам и паузам!» Спб «Д-пресс» 2004г.
- Синкевич Е.А.«Физкультура для малышей» Спб «Детство-Пресс» 1992г.
- Физкульт-привет минуткам и паузам! Сборник физ. упражнений для дошкольников и школьников.: Учебно-методическое пособие для педагогов школьных и дошкольных учреждений. / авт.-сост. Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2005.
- Фомина А.Н. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду: Пособие для воспитателя подготовительной к школе группы. – М.: Просвещение, 1984.
- Фонарева М.И.«Развитие движений ребенка – дошкольника» М. «Просвещение» 1975 г
- Фролов В.Г. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке» М, «П»,1986г.
- Фролов В.Г., Юрко Г.П. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста» Москва «Просвещение» 1983 г
- Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.
- Ноткина Н.А. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста. – СПб.: Издательство Акцидент, 1999г.
- Погадаев Г.И. Физическая культура дошкольников / Пособие для родителей и воспитателей. – М.: Школьная Пресса, 2003г.



## **2) Подвижные игры:**

- Иванов Ю.И. «Играйте на здоровье» Москва, 1991г.
- Кенеман А.В., Осокина Т.И. Подвижные игры народов СССР. – М.: П, 1988г.
- Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – СПб.: Издательство Речь; М.: Сфера, 2009.
- Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Фурмина Л.С. «Игры и развлечения на воздухе». Москва, «Просвещение», 1983г.
- Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5 – 7 лет. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002.
- Тимофеева Е.А. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. М.П, 1986.

## **3) Спортивные игры**

- Адашквичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду», М, «П», 1992 г.
- Кожевникова Н.Г. «Спортивные развлечения и игры» Москва, «Просвещение», 1961г.
- Олимпийское образование дошкольников: Методическое пособие / Под ред. Филипповой С.О., Волосниковой Т.В. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.
- Чумакова П.А. «Спортивные и подвижные игры» 1970г.
- Лысова В.Я., Яковлева Т.С., Зацепина М.Б. «Спортивные праздники и развлечения для дошкольников» Москва «Аркти» 2000г.

## **4) Спортивные упражнения**

- Луконина Н.Н. Физкультурные праздники в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2007.
- Шебеко В.Н., Ермак Н.Н. Физкультурные праздники в детском саду: Творчество в двигательной деятельности дошкольника. – М.: Просвещение, 2003.

## **5) Формирование основ здорового образа жизни**

- Алябьева М.Н. «Роль физической культуры в предупреждении острых респираторных вирусных инфекций у дошкольников» Киев «Здоровье» 1984г.
- Анисимова Т.Г., Ульянова С.А. Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников. – Волгоград: Учитель, 2009.
- Вавилова Е.Н. «Укрепляйте здоровье» Москва, «Просвещение», 1986г.
- Воротилкина И.М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении: Метод. пособие. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2006.
- Зинатулин С.Н. Планирование и конспекты занятий по обучению детей регуляции дыхания: методическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2007.
- Красикова И.С. «Плоскостопие у детей» Спб 2002г.
- Кудрявцев Т.В.. «Развивающая педагогика оздоровления» М. «Линка-Пресс» 2000 г.
- Маханева М.Д. «Воспитание здорового ребенка» М. «Аркти» 1999г.
- Моргунова О.Н. «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ» Воронеж «Учитель» 2005г.
- Овчинникова Т.С. «Организация здоровьесберегающей деятельности в дошкольных образовательных учреждениях» Спб «Каро» 2006г.
- Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет). – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
- Потапчук А.А., Дидур М.Д. «Осанка и физическое развитие детей» Спб «Речь» 2001г.
- Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет./ Авт.-сост. Белостоцкая Е.М., Виноградова Т.Ф., Каневская Л.Я., Теленчи В.И. – М.: Просвещение, 1987.
- Спирина В.П. «Закаливайте детей» М. «П» 1967г.
- Тонкова-Ямпольская Р.В., Черток Т.Я. «Ради здоровья детей» М. «Просвещение» 1985г.

## 2.6. Организация и формы взаимодействия с семьями воспитанников.

Месяц	Темы	Формы работы	Дополнительная информация
<b>IX-2024г.</b>	«Особенности физического развития детей дошкольного возраста»	выступления на родительских собраниях во всех возрастных	Оформление материалов по летним видам спорта
	«Как вырастить здорового ребенка»	Презентация интерактивного журнала	
	«Физкультурные занятия с детьми»	присутствие родителей на занятиях	
	«Физическое развитие ребенка»	индивидуальные консультации	
<b>X-2024г.</b>	«Спортивный комплекс в ДОУ и дома»	Оформление информации на стенде	Информационная папка по профилактике плоскостопия
	«Физкультурные занятия с детьми»	присутствие родителей на занятиях	
	«Спортивные надежды»	Оформление индивидуального портфолио дошкольника	
<b>XI-2024г.</b>	«Игра — это праздник, отдых и здоровье»	Оформление информации на стенде	Информационная папка по формированию правильной осанки
	«Движение и здоровье»	индивидуальные консультации	
	«Досуги для дошкольников»	присутствие родителей на досугах	
<b>XII-2024г.</b>	«Семь родительских заблуждений о морозной погоде»	Оформление информации на стенде	Информационная папка по закаливанию детей в семье
	«Физическое воспитание детей в семье»	индивидуальные консультации	
	«Примерный комплекс упражнений для часто болеющих детей»	Памятка - копилка	
<b>I-2025г.</b>	«Катание на санках»	Оформление информации на стенде	Информационная папка как сделать зимнюю прогулку приятной и полезной
	«Спортивные тренажеры для детей и взрослых»	Иллюстративный материал	
<b>II-2025г.</b>	спортивный досуг «День защитника Отечества»	присутствие родителей	Оформление материалов по зимним видам спорта
	«Лыжный спорт», рекомендации по обучению ходьбы на лыжах	Оформление информации на стенде	
	«Физическое развитие ребенка»	индивидуальные консультации	

<b>III-2025г.</b>	Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих	рекомендации	Подбор литературы по физическому развитию детей дошкольников
	«Первые старты»	Привлечение к участию в игре - соревновании	
	«Выбор спортивной секции»	индивидуальные консультации	
<b>IV-2025г.</b>	«Движение + движение — формула для малышей»	Оформление информации на стенде	Информационная папка по настольным спортивным играм
	«Игры для занятий родителей с детьми»	Памятка - копилка	
<b>V-2025г.</b>	«Динамика физического развития детей за год»	выступление на родительском собрании	Подбор литературы по ЗОЖ
	«Игры детей во дворе»	индивидуальные консультации	
	«Дети и спорт»	Оформление информации на стенде	
<b>VII – VIII 2025г.</b>	«Плавание»	Рекомендации по обучению	Информационная папка по подвижным играм
	«Движение и здоровье»	Оформление информации на стенде	
	«Езда на велосипеде»	индивидуальные консультации	
	«Мы занимаемся физкультурой».	Фотовыставка	

### III. Организационный раздел рабочей программы

#### 3.1. Режим пребывания воспитанников в группе (12 часов). Холодный период года (сентябрь — май)

Содержание	Группа №4 «Лучики» (с 3 до 4)	Группа №3 «Малыши» (с 4 до 5)	Группа №7 «Почемучки» (с 5 до 6)	Группа №6 «АБВГДейка» (с 6 до 7)	Группа №5 «Звёздочки» (с 6 до 7)
Прием детей, осмотр, игры, совместная и индивидуальная деятельность взрослого с детьми	07.00-08.15	07.00-08.20	07.00-08.25	07.00-08.30	07.00-08.30
Утренняя гимнастика	08.15-08.25	08.20-08.30	08.25-08.35	08.30-08.40	08.30-08.40
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25-09.00	08.30-09.00	08.35-09.00	08.40-09.00	08.40-09.00
Занятие 1	09.00-09.15	09.00-09.20	09.00-09.25	09.00-09.30	09.00-09.30
Динамическая пауза	09.15-09.25	09.20-09.30	09.25-09.35	09.30-09.40	09.30-09.40
Занятие 2	09.25-09.40	09.30-09.50	09.35-10.00	09.40-10.10	09.40-10.10
Динамическая пауза				10.10-10.20	10.10-10.20
Занятие 3				10.20-10.50	10.20-10.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	09.40-10.10	09.50-10.20	10.00-10.40	-	-
Второй завтрак	10.10-10.20	10.20-10.30	10.40-10.50	10.50-11.00	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.20-11.50	10.30-12.00	10.50-12.15	11.00-12.25	11.00-12.25
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.30	12.00-12.40	12.15-12.45	12.25-12.50	12.25-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.40-15.10	12.45-15.15	12.50-15.20	12.50-15.20
Постепенный подъем, воздушные процедуры	15.00-15.05	15.10-15.15	15.15-15.20	15.20-15.25	15.20-15.25
Совместная деятельность взрослого с детьми, игры, досуги.	15.05-15.55	15.15-16.00	15.20-16.05	15.25-16.10	15.25-16.10
Подготовка к полднику, полдник	15.55-16.05	16.00-16.15	16.05-16.15	16.10-16.20	16.10-16.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.05-16.40	16.15-16.35		16.20-16.40	16.20-16.40
Занятие (в группе с 5 до 6 лет 3 раза в неделю)			16.15-16.40		
Подготовка к прогулке, прогулка. Совместная деятельность взрослого с детьми: игры. Уход домой	16.40-19.00	16.35-19.00	16.40-19.00	16.40-19.00	16.40-19.00

**Теплый период года (июнь-август)**

Содержание	Группа №4 «Лучики» (с 3 до 4)	Группа №3 «Малыши» (с 4 до 5)	Группа №7 «Почемучки» (с 5 до 6)	Группа №6 «АБВГДейка» (с 6 до 7)	Группа №5 «Звёздочки» (с 6 до 7)
Прием детей, осмотр, игры, совместная и индивидуальная деятельность взрослого с детьми	07.00-08.15	07.00-08.20	07.00-08.25	07.00-08.30	07.00-08.30
Утренняя гимнастика	08.15-08.25	08.20-08.30	08.25-08.35	08.30-08.40	08.30-08.40
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25-09.00	08.30-09.00	08.35-09.00	08.40-09.00	08.40-09.00
Занятие музыкальное или физкультура	09.00-09.15	09.00-09.20	09.00-09.25	09.00-09.30	09.00-09.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	09.15-10.10	09.20-10.20	09.25-10.40	09.30-10.50	09.30-10.50
Второй завтрак	10.10-10.20	10.20-10.30	10.40-10.50	10.50-11.00	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.20-11.50	10.30-12.00	10.50-12.15	11.00-12.25	11.00-12.25
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.30	12.00-12.40	12.15-12.45	12.25-12.50	12.25-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.40-15.10	12.45-15.15	12.50-15.20	12.50-15.20
Постепенный подъем, воздушные процедуры	15.00-15.05	15.10-15.15	15.15-15.20	15.20-15.25	15.20-15.25
Совместная деятельность взрослого с детьми, игры, досуги.	15.05-15.55	15.15-16.00	15.20-16.05	15.25-16.10	15.25-16.10
Подготовка к полднику, полдник	15.55-16.05	16.00-16.15	16.05-16.15	16.10-16.20	16.10-16.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.05-16.40	16.15-16.35		16.20-16.40	16.20-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка. Совместная деятельность взрослого с детьми: игры. Уход домой	16.40-19.00	16.35-19.00	16.40-19.00	16.40-19.00	16.40-19.00

## РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Формы работы	Виды работы	Количество и длительность Группы №4 (с 3 до 4 лет)	Количество и длительность Группа №3 (с 4 до 5 лет)	Количество и длительность Группа №7 (с 5 до 6 лет)	Количество и длительность Группы №5, №6 (с 6 до 7 лет)
Физкультурные занятия	В физкультурном зале (в неделю)	2 раза (15 мин)	2 раза (20 мин)	2 раза (25 мин)	2 раза (30 мин)
	На улице (подвижные игры) (в неделю)	1 раз 15 мин	1 раз 20 мин	1 раз 25 мин	1 раз 30 мин
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	10 мин ежедневно	10 мин ежедневно	10 мин ежедневно	10 мин ежедневно
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	2 раза по 10мин. (20 мин ежедневно)	2 раза по 12 мин. (24 мин ежедневно)	2 раза по 15мин. (30 мин ежедневно)	2 раза по 20 мин. (40 мин ежедневно)
	Двигательная разминка	10 мин ежедневно	10 мин ежедневно	10 мин ежедневно	10 мин ежедневно
	Бодрящая гимнастика после сна	5 мин. ежедневно	5 мин. ежедневно	5 мин. ежедневно	5 мин. ежедневно
	Физминутка	3 мин. ежедневно	3 мин. ежедневно	3 мин. ежедневно	3 мин. ежедневно
Активный отдых	Физкультурный досуг (во второй половине дня на свежем воздухе)	1 раз в месяц 20 -25 мин	1 раз в месяц 20 -25 мин	1 раз в месяц 30 -40 мин	1 раз в месяц 40 -45 мин
	День здоровья	1 раза в квартал	1 раза в квартал	1 раза в квартал	1 раза в квартал
	Физкультурный праздник	-----	2 раза в год не более 1 - 1,5 часов детей зрители.	2 раза в год не более 1,5 часов.	2 раза в год не более 1,5 часов.
	Туристские прогулки и экскурсии	-----	-----	не более 1,5 - 2 часов.	не более 2 - 2,5 часов
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

### 3.2. Организация развивающей предметно - пространственной среды.

Развивающая предметно-пространственная среда (РППС) является важным фактором воспитания и развития ребенка. Успешная реализация РП безусловно зависит от РППС в физкультурном зале, она должна обеспечивать безопасность их жизни, способствовать укреплению здоровья и закаливанию организма. Непременным условием построения РППС является опора на личностно-ориентированную модель взаимодействия между детьми и взрослыми.

Материально-техническое обеспечение физкультурного зала включает в себя:

- Магнитофон с набором кассет и дисков
- Ноутбук
- Проектор с переносным экраном

Перечень имеющихся пособий в физкультурном зале.

№ п/п	Содержание	Количество
1.	Магнитофон (фонотека)	1
2.	Бубен	1
3.	Свисток	3
4.	Гимнастические скамейки	2
5.	Гимнастическая стенка	6 пролётов
6.	Доска (длина 4-6 м., ширина 15-20 см.) с крючками	1
7.	Деревянное бревно	1
8.	Деревянный бум	1
9.	Шуршалки	20
10.	Стойки для прыжков	2
11.	Лестницы с крючками	2
12.	Сетка волейбольная	1
13.	Баскетбольное кольцо с сеткой	3
14.	Мат большой	1
15.	Маты малые	2
16.	Мячи разных размеров (большие, средние, малые)	2/25/20
17.	Мячи набивные 1кг.	2
18.	Мяч баскетбольный размер 3	10
19.	Обручи разных размеров	15
20.	Гимнастические палки большие и малые	20/20
21.	Веревки, шнуры	25
22.	Скакалки резиновые	25
23.	Скакалка большая	2
24.	Лента длинная	1
25.	Ленты с кольцом	25
26.	Кубики	20
27.	Кегли	20
28.	Гантели	20

29.	Погремушки	15
30.	Шапки-маски	10
31.	Веревочки	20
32.	Флажки разноцветные	20
33.	Платочки	10
34.	Мешочки с песком разного веса	15
35.	Мишени для метания	2
36.	Дуги для подлезания полукруглые (комплект 4шт)	2
37.	Тоннели	2
38.	Ребристая доска	1
39.	Канаты (разной толщины)	4
40.	Массажные коврики	8
41.	Дорожки со следами	2
42.	Фитболы	7
43.	Кольцебросы	2
44.	Набор бадминтонные ракетки и воланы	1
45.	«Кто скорее» палочка с веревкой (моталочки)	4
46.	Городки	1
47.	Хоккей (клюшки, шайба, ворота)	1
48.	Конусы	8
49.	Игра Парашют-гигант 3.0 метра	1
50.	Стойки для прыжков в высоту Дорожка (3 шт.)	2



**Учебный план  
на 2024-2025 учебный год**

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки соответствует следующим документам:

- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г. № 28);
- «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (далее - СанПиН 1.2.3685-21 от 28.01.2021 г.);

**Образовательная область «Физическое развитие»**

Возраст детей	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество занятий по физическому развитию в неделю (2 в зале, 1 на улице)	Продолжительность занятий по физическому развитию в неделю	Перерывы между занятиями
с 3 до 4 лет	не более 15 мин.	3	45 мин.	10 минут
с 4 до 5 лет	не более 20 мин.	3	1 час	10 минут
с 5 до 6 лет	не более 25 мин.	3	1 час 15 мин.	10 минут
с 6 до 7 лет	не более 30 мин.	3	1 час 30 мин.	10 минут

**Расписание образовательной деятельности  
на 2024-2025 учебный год**

День недели	Занятия	Досуги
Понедельник	Совместная и индивидуальная работа по развитию движений	15.30-16.10 Физкультурный досуг «АБВГДейка» (1-я неделя месяца)
Вторник	Совместная и индивидуальная работа по развитию движений	15.30 -16.00 Физкультурный досуг «Почемучки» (1-я неделя месяца)
Среда	9.00-9.20 средняя «Малыши» 9.30-9.45 младшая «Лучики» 9.55-10.20 старшая «Почемучки» 10.30-11.00 подготовит. «Звездочки» 11.05-11.35 подготовит. «АБВГДейка»	15.20- 15.40 Физкультурный досуг «Лучики» (1-я неделя месяца)
Четверг	Совместная и индивидуальная работа по развитию движений	15.30- 16.10 Физкультурный досуг «Звездочки» (1-я неделя месяца)
Пятница	9.00-9.20 средняя «Малыши» 9.30-9.45 младшая «Лучики» 9.55-10.20 старшая «Почемучки» 10.30-11.00 подготовит. «Звездочки» 11.05-11.35 подготовит. «АБВГДейка»	15.20-15.40 Физкультурный досуг «Малыши» (1-я неделя месяца)