

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 78 Красносельского района Санкт-Петербурга
«Жемчужинка»

ПРИНЯТА

Педагогическим Советом
Образовательного учреждения
Протокол от 28.08.2025 № 1

УТВЕРЖДЕНА

Приказом от 28.08.2025 № 71-ад

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

физического развития детей раннего и дошкольного возраста
групп общеразвивающей направленности

Возраст: с 2 до 5 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель

инструктор по физической культуре
Плытник Артём Владимирович

Санкт-Петербург
2025

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1.Пояснительная записка	3-4
1.1.1.Цели и задачи реализации Программы	4-5
1.1.2.Значимые для разработки/реализации Программы характеристики	5-6
1.1.3.Планируемые результаты освоения/реализации Программы	7-8
1.2.Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов освоения/реализации Программы	8-9
2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	9
2.1.Содержание физкультурно-оздоровительной работы в образовательной области «Физическое развитие»	9-18
2.1.1.Структура организации образовательного процесса в области физического развития	18-20
2.1.2.Перспективное планирование образовательной работы	20-28
2.1.3.Система работы по взаимодействию с семьями воспитанников	28
3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	29
3.1.Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	29
3.2.Материально-техническое и программно-методическое обеспечение образовательного процесса	30

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

1.1. Пояснительная записка.

Рабочая программа физического развития детей раннего и дошкольного возраста групп общеразвивающей направленности (далее – Программа) разработана в соответствии с Образовательной программой дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 78 Красносельского района Санкт-Петербурга «Жемчужинка»» (далее – ГБДОУ), созданной педагогическим коллективом ГБДОУ в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее – ФГОС ДО), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. №1155 (с изменениями и дополнениями от 21 января 2019 г., 8 ноября 2022 г.), Федеральной образовательной программой дошкольного образования (далее – ФОП ДО), утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 г. №1028.

Программа предусматривает формирование у детей средствами физической культуры элементарных знаний, технических навыков в ходьбе, беге, прыжках, владение мячом, лазанье, метании, коммуникативной компетентности, развитие психических познавательных процессов. В то же время Программа направлена на развитие физических и морально-волевых качеств дошкольников. Кроме того, она ориентирована на гармоничное развитие всех мышц тела ребенка, укрепление его опорно-двигательного аппарата, повышение функций сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие» и направлена на сохранение и укрепление здоровья детей.

В Программе максимально учитываются возрастные и индивидуальные особенности воспитанников. Создаются условия для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей. Программа направлена на охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия, обеспечивает развитие физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, самостоятельности и ответственности. Программа позволяет обеспечить педагогическую поддержку семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучении и развитии, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности.

При проектировании Программы особое внимание уделялось выбору наиболее эффективных методов и приемов взаимодействия с детьми в процессе обучения физическим упражнениям.

Программа разработана для детей раннего, младшего, среднего дошкольного возраста. Материал представлен в шаговой форме, чтобы обеспечить овладение ребенком физическими упражнениями независимо от момента включения его в процесс обучения.

Программа опирается на современные методики образного сюжетного представления о двигательном действии и дидактические принципы физического развития в зависимости от морфофункциональных свойств организма и сенситивных периодов развития.

Два раза в год проводится тестирование, выявляющее степень освоения двигательных умений и навыков.

При построении Программы основной акцент ставился на реализацию игровых методов, создающих целостное и образное представление о двигательных действиях, помогающих решению оздоровительных и образовательных задач. Использование дидактических принципов образного игрового представления значительно повысит эффективность образовательного процесса.

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы

Цели Программы: сохранять, укреплять здоровье ребёнка, формировать привычку к здоровому образу жизни; способствовать своевременному и полноценному физическому и психическому развитию каждого ребёнка, реализации физического потенциала, а также, успешной адаптации ребенка-дошкольника в быстро изменяющейся среде; обеспечить каждому ребёнку возможность радостно прожить период дошкольного детства.

Оздоровительные задачи:

- формирование правильного отношения детей к физкультурным занятиям, мероприятиям;
- включение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс на группах;
- создание условий для удовлетворения потребности детей в движении, совершенствовании систем и функций организма (развитие компенсаторных функций, повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам внутренней и внешней среды)

- формирование на доступном уровне валеологических знаний, умений и навыков.

Воспитательные задачи:

- способствовать проявлению разумной смелости и решительности, уверенности в своих силах с помощью подбора физических упражнений, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям детей;
- формировать потребность к регулярным занятиям физической культурой.

Образовательные задачи:

- формировать систематизированные знания, двигательные умения и навыки, развивать физические качества;
- способствовать развитию двигательного статуса ребенка на основе его творческой активности;
- формировать и совершенствовать новые двигательные умения и навыки в спортивном направлении;
- способствовать развитию интереса к событиям спортивной жизни страны.

1.1.2. Значимые для разработки/реализации Программы характеристики «Думай, действуя» (2-3 года)

Ключ возраста. Все основные психические процессы — внимание, память, мышление — носят у ребёнка произвольный характер. Это означает, что он не может по собственному желанию сосредоточиться или запомнить, а обращает внимание только на то, что само привлекло его внимание, запоминает то, что само запоминается, и т. п. Это важнейшая особенность, которая определяет характер используемых в работе с детьми методических приёмов.

На третьем году продолжается физическое развитие ребенка и, прежде всего, ее ведущего компонента – эмоциональной отзывчивости на игру. Наблюдается активный эмоциональный отклик на сюжетные игры. Дети живо и непосредственно реагируют на предложение взрослого поиграть, выражая разнообразные эмоции – оживление, радость.

Развивается двигательная память и самоконтроль ребенка. Он запоминает различные физические упражнения, узнает где можно их применить. Особенностью возраста является то, что ребенок любит играть в одну и ту же игру, т.к. с каждым разом у него получается все лучше и лучше.

Развиваются способность слышать взрослого, выполнять элементарные команды (стой, пошли, присели и т.д.).

«Я сам!» (3-4 года)

Ключ возраста. В период от 2,5 до 3,5 лет ребёнок переживает так называемый кризис 3 лет. Он начинает осознавать себя отдельным

человеческим существом, имеющим собственную волю. Его поведение - череда «Я хочу!» и «Я не хочу!», «Я буду!» и «Я не буду!»

У ребенка 4-го года жизни еще более возрастает стремление действовать самостоятельно, но так как его внимание неустойчиво, ребенок часто отвлекается и переходит от одного вида деятельности к другому. Продолжает усложняться и развиваться творческая ролевая игра. Этому возрасту характерно приобретение движениям ребенка более преднамеренного характера. Детям свойственно включаться в новые и разнообразные виды движений. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания действиям знакомых образов. Ребенок более осознанно следит за показом движения, выслушивает пояснения. Центральными остаются задачи укрепления здоровья и достижения полноценного физического развития детей. Существенное место занимают закаливание, формирование осанки и воспитание культурно-гигиенических навыков. Важным остается развитие самостоятельной двигательной деятельности детей посредством создания благоприятных для этого условий. В этом возрасте у детей бывает очень разный уровень развития, поэтому задача инструктора по физической культуре – провести большую индивидуальную работу, чтобы подтянуть отстающих до уровня большинства детей группы. В возрасте 3-4 лет детям прививается умение выслушивать словесные пояснения, следить за показом и выполнять движения сообща.

«Любознательные почемучки» (4-5 лет)

Ключ возраста. Четырёхлетний ребёнок часто задаёт вопрос «Почему?» Ему становятся интересны связи явлений, причинно-следственные отношения.

В средней группе продолжается психическое и физическое развитие ребенка. Игровые мотивы детской деятельности сохраняют свое значение. У детей возникает потребность согласовывать свои действия с действиями других, а также в двигательных импровизациях. Ребенок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Внимание ребенка приобретает все более устойчивый характер. Детям 5-го года жизни характерен переход от обобщенного разучивания движений к разучиванию отдельных составных частей, элементов движений, отдельных поз. Ставятся задачи достижения точности и правильности выполнения заданных упражнений в соответствии с образцом. Эти задачи основываются на учете растущих возможностей детей воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Специфичным для этого возраста является отработка качественной стороны и закрепление приобретенных ранее двигательных навыков и умений.

1.1.3. Планируемые результаты освоения Программы

К концу года дети *раннего возраста* могут:

- ✓ Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное взрослым направление; выполнять задания: остановиться, присесть, повернуться.
- ✓ Сохранять равновесие при ходьбе и беге, перешагивая через предметы, ползать на четвереньках.
- ✓ Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину.
- ✓ Бросать мешочки с песком через натянутую веревку разной высоты двумя руками.
- ✓ Уметь подражать взрослому, выполняя то или иное движение.

К концу года дети *2й младшей группы* могут:

- ✓ Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; выполнять задания инструктора: остановиться, присесть, повернуться.
- ✓ Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, соблюдать темп бега в соответствии с указанием воспитателя.
- ✓ Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.
- ✓ Ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- ✓ Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см.
- ✓ Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.
- ✓ Уметь выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии.

К концу *средней группы* дети:

- ✓ Имеют первоначальные знания о физических упражнениях, подвижных играх.
- ✓ Выполняют движения по сигналу педагога, согласовывают темп и ритм упражнений по показу взрослого.
- ✓ Ходят прямо, сохраняя заданное направление, не шаркая ногами.
- ✓ Бегают, изменяя направление, сохраняя равновесие, изменяет темп бега в соответствии с указанием.
- ✓ Ползают на четвереньках, лазают по гимнастической стенке произвольным способом.

- ✓ Прыгают на двух ногах в длину с места.
- ✓ Катают мяч в заданном направлении с расстояния 1,5м, бросает мяч двумя руками от груди, из-за головы, бросает мяч о пол и вверх 2-3р. подряд и ловят его.
- ✓ Метают предметы правой и левой рукой на дальность с расстояния не менее 5м.
- ✓ Строятся в колонну, шеренгу, круг.
- ✓ Сохраняют равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая предметы.

1.2.Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов освоения/реализации Программы

Система оценки

Дети раннего возраста

- Ходить прямо, не шаркая ногами

3 балла – ребенок ходит прямо, не шаркая ногами

2 балла – выполняет упражнения неуверенно, осторожно, балл – ребенок отказывается выполнять упражнение;

- прыгать в длину.

3балла – ребенок энергично отталкивается

2 балла – выполняет упражнения неуверенно, осторожно,

1 балл – ребенок отказывается выполнять упражнение

- Бросать мешочки с песком через натянутую веревку

3балла – ребенок перебрасывает мешочки с песком через сетку.

2балла – выполняет упражнение осторожно

1балл – у ребенка не получается упражнение.

- Ползает на четвереньках

3балла – ребенок уверенно делает упражнение

2балла – ребенок выполняет упражнение осторожно, неуверенно

1балл – ребенок отказывается выполнять упражнение

Дети 2й младшей группы могут:

- Ходит прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление

3 балла – ребенок ходит прямо, не шаркая ногами

2 балла – выполняет упражнения неуверенно, осторожно,

1балл – ребенок отказывается выполнять упражнение

- Бегаёт, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп в соответствии с указанием

3 балла – ребенок ходит прямо, не шаркая ногами

2 балла – выполняет упражнения неуверенно, осторожно,

1 балл – ребенок отказывается выполнять упражнение

- Прыгает в длину с места.

3 балла – результат 50 см

2 балла- результат 40 см

1 балл – результат 30 см

- Ползает на четвереньках, лазает по гимнастической стенке произвольным способом

3 балла – ребенок уверенно делает упражнение

2 балла – ребенок выполняет упражнение осторожно, неуверенно

1 балл – ребенок отказывается выполнять упражнение

Дети средней группы

- 1 Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю.

3балла – ребенок уверенно делает упражнение

2балла – ребенок выполняет упражнение осторожно, неуверенно

1балл – ребенок отказывается выполнять упражнение

- 2 Выполняет движение по сигналу педагога, согласовывает темп и ритм упражнений по показу взрослого

3балла – ребенок уверенно делает упражнение

2балла – ребенок выполняет упражнение осторожно, неуверенно

1балл – ребенок отказывается выполнять упражнение

- 3 Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны

3балла – ребенок уверенно делает упражнение

2балла – ребенок выполняет упражнение осторожно, неуверенно

1балл – ребенок отказывается выполнять упражнение

- Прыгает на двух ногах в длину с места.

3балла – результат 65 см

2балла- результат 55 см

1балл – результат 45 см.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Содержание физкультурно-оздоровительной работы в области «Физическое развитие».

Программное содержание работы по физическому развитию в группах раннего возраста.

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- 1) Обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазание, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения.
- 2) Развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве.
- 3) Формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям.
- 4) Поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах.
- 5) Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания.
- 6) Формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной области «Физическое развитие»

Педагог формирует умение выполнять общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое). Педагог формирует умение выполнять основные движения, развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал.

Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку.

Поощряет стремление ребенка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.

В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения.

Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).

Бросание, катание, ловля

- скатывание мяча по наклонной доске;
- прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50 - 100 см), под дугой, в воротца;
- остановка катящегося мяча;
- передача мячей друг другу стоя;
- бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы;
- бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100 - 125 см двумя и одной рукой.
- перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребенка с расстояния 1 - 1,5 м;
- ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м.

Ползание и лазанье

- ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3 - 4 м (взяв ее, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу.
- ползание на животе, на четвереньках по гимнастической скамейке;
- проползание под дугой (30 - 40 см);

Ходьба

- стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы;
- на носках;
- с переходом на бег;
- на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад;
- с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие);
- рассыпную и в заданном направлении;
- между предметами;
- по кругу по одному и парами, взявшись за руки.

Бег

- стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях;
- между линиями (расстояние между линиями 40 - 30 см);
- за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно;
- непрерывный в течение 20- 30 - 40 секунд;
- медленный бег на расстояние 40 - 80 м.

Прыжки

- на двух ногах на месте (10 - 15 раз);
- с продвижением вперед, через 1 - 2 параллельные линии (расстояние 10 - 20 см);

- в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20 - 30 см);
- вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка на 10 - 15 см.

Подвижные игры и игровые упражнения:

- Педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений.
- Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх.
- Помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).

Формирование основ здорового образа жизни:

Педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены). Поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду. Способствует формированию положительного отношения к закалывающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.

Программное содержание работы по физическому развитию во 2-й младшей группе.

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- 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;
- Развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал правила в игре.

- Формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность.
- Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.
- Закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни

Содержание образовательной деятельности

Педагог формирует умение: организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях.

Педагог формирует умение организованно выполнять по показу общеразвивающие, музыкально - ритмические упражнения; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог формирует умение слушать и следить за показом, умение выполнять предложенные задания сообща, действуя, в общем, для всех темпе.

Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых. Приобщает детей к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности. Приобщает детей к здоровому образу жизни. Формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки. Воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

Основные виды движения.

Бросание, катание, ловля, метание

- катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях;
- прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами;
- бросание, катание, ловля, метание. подбрасывание мяча вверх и ловля его;
- бросание мяча о землю и ловля его;
- бросание и ловля мяча в парах,
- бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой;
- бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с расстояния 1,5 м;

- метание вдаль;

Ползание, лазанье

ползание на четвереньках на расстояние 4 - 5 - 6 м до кегли (взять ее, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); проползание на четвереньках под 3- 4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м), ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

Ходьба

- ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом, парами друг за другом, ходьба по ориентирам (по прямой, по кругу; ходить, обходя предметы, враспынную, "змейкой"; ходьба с поворотом и сменой направления);
- ходьба на носках;
- ходьба, высоко поднимая колени, перешагивая предметы, в разных направлениях;
- ходьба с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше), в чередовании с бегом.

Бег

- бег группами и по одному за направляющим, враспынную, со сменой темпа;
- бег по кругу, в парах; бег по кругу, держась за руки бег, оббегая предметы, между двух или вдоль одной линии;
- бег со сменой направления, с остановками; бег мелким шагом;
- бег в чередовании с ходьбой;
- бег убегающие от ловящего, ловля убегающего;
- бег в течение 50 - 60 сек;
- быстрый бег 10 - 15 м;
- медленный бег 120 - 150 м

Прыжки

- прыжки на двух и на одной ноге;
- прыжки на месте, прыжки, продвигаясь вперед на 2 - 3 м;
- прыжки через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону);
- прыжки через 2 линии (расстояние 25 - 30 см), прыжки через 4 - 6 параллельных линий (расстояние 15 - 20 см);
- прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой;
- прыжки в длину с места (не менее 40 см);

Подвижные игры

- Педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры.
- Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

Формирование основ здорового образа жизни

Педагог поддерживает стремление ребенка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья. Напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

Программное содержание работы по физическому развитию в *средней группе детей 4-5 лет.*

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- 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.
- Формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), ориентировку в пространстве, развивать координацию, меткость,
- Воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений.
- Продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта.
- Укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания.
- Формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки,

способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует и закрепляет: двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при: выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр.

Помогает: точно принимать исходное положение, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Педагог воспитывает/ формирует: умение слышать и выполнять указания, умение ориентироваться на словесную инструкцию;

Поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений.

Поддерживает стремление соблюдать правила в подвижной игре;

поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству. Начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм.

Формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

Основные виды движения

Бросание, катание, ловля, метание

- прокатывание мяча между* линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см;
- скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет;
- подбрасывание мяча вверх, и ловля его после удара об пол;
- подбрасывание и ловля мяча не менее 3 - 4 раз подряд;
- бросание и ловля мяча в паре;
- бросание мяча двумя руками из-за головы стоя;
- бросание мяча двумя руками из-за головы сидя;
- бросание вдаль
- отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд;
- передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях;
- перебрасывание мяча друг другу в кругу;
- перебрасывание мяча через сетку;

- прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога;
- прокатывание обруча друг другу в парах;
- попадание мячом в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2 - 2,5 м.

Ползание, лазанье

- ползание на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями
- ползание на четвереньках по наклонной доске по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками,
- проползание в обручи, под дуги,
- ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони,
- влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек;
- переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1 - 2 рейки,
- подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком.

Ходьба

- ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа движения
- ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру;
- ходьба в противоположную сторону;
- ходьба со сменой ведущего;
- ходьба, перешагивая предметы;
- ходьба, чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой";
- ходьба в чередовании с бегом, прыжками;
- ходьба приставным шагом вперед, с остановкой по сигналу

Бег

- бег в колонне по одному, высоко поднимая колени;
- бег на месте;
- бег в парах;
- бег по кругу, держась за руки;
- бег, оббегая предметы
- бег со сменой направляющего, меняя направление движения и темп;
- бег мелким шагом;
- бег на носках;
- бег в чередовании с ходьбой;
- бег врассыпную с ловлей и увертыванием.

- непрерывный бег 1 - 1,5 мин;
- медленный бег 150 - 200 м;
- бег на скорость 20 м;
- бег враспынную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне;
- пробегание 30 - 40 м в чередовании с ходьбой 2 - 3 раза;
- челночный бег 2х5.

Прыжки

- прыжки на двух ногах на месте,
- прыжки на двух ногах на месте с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь;
- прямой галоп;
- подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2 - 3 м;
- прыжки через 4 - 6 линий (расстояние между линиями 40 - 50 см);
- прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой;
- прыжки в длину с места (не менее 40-50 см.)
- спрыгивание со скамейки (высота 15-20 см)
- прыжки стараясь достать предмет, подвешенный над головой;
- выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами;
- попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой

Подвижные игры

Педагог продолжает:

- закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх,
- поощряет желание выполнять роль водящего,
- развивает пространственную ориентировку,
- самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников;
- приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

Формирование основ здорового образа жизни

- Способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья
- Уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него

- Напоминает о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое).
- Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

2.1.1 Структура организации образовательного процесса в области физического развития

- организованная образовательная деятельность (занятие);
- развивающая игровая деятельность;
- подвижные игры;
- спортивные игры и упражнения;
- спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;
- игровые беседы с элементами движений;
- разные виды гимнастик;
- закаливающие процедуры;
- физкультминутки, динамические паузы;
- двигательная активность в течение дня.

Программой предусмотрены варианты проведения организованной образовательной деятельности:

1. Занятие по традиционной схеме (учебно-тренировочное).
2. Контрольно-проверочное занятие «Самый, самый», во время которого дети проходят тестирование.
3. Занятие с использованием музыкального сопровождения «Под звуки музыки».
4. Сюжетно-игровое занятие.
5. Различные виды занятий (использование тренажеров и спортивных комплексов, туризм и другие).
6. Занятие с акцентом на здоровье сберегающие технологии «Здоровей-ка».

Занятие состоит из нескольких частей.

Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и

основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Методы и приемы обучения:

Наглядные:

- наглядно-зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора).

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.
- слушание музыкальных произведений.

Практические:

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;
- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

2.1.2. Перспективное планирование образовательной работы

Перспективное планирование работы в группах раннего возраста.

Месяц	Содержание
Сентябрь	Построение стайкой. Ходьба и бег стайкой. Обучение: ходьба по прямой; прыжки на двух ногах, стоя на месте. Повторение: прыжки на всей ступне с подниманием на носки и с работой рук; катание мяча двумя руками друг

	другу;
Октябрь	Построение в шеренгу. Ходьба и бег стайкой. Обучение: ходьба с перешагиванием через предметы; прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Повторение: прыжки на двух ногах на месте вокруг
Ноябрь	Построение в колонну, Ходьба и бег в колонне с ускорением и замедлением темпа. Обучение: ползание на средних четвереньках; прокатывание мяча под дугу. Повторение: прыжки на двух ногах с продвижением вперед; прыжки на двух ногах на месте; прокатывание мяча между предметами.
Декабрь	Построение в колонну с перестроением врассыпную по залу. Ходьба и бег в колонне по кругу, со сменой направления по сигналу. Обучение: ходьба по гимнастической скамейке; пролезание под дугой. Повторение: прыжки вверх; прокатывание мяча между предметами.
Январь	Построение в шеренгу, колонну. Ходьба и бег в колонне в заданном направлении «с ускорением и замедлением темпа; с остановкой по сигналу ходьба в шеренге с одной стороны площадки на другую. Обучение: ходьба по гимнастической скамейке прыжки в длину с места. Повторение: пролезание в обруч, ходьба по гимнастической скамейке.
Февраль	Построение в шеренгу, колонну. Ходьба и бег «змейкой», огибая поставленные предметы; перешагивая препятствия; Обучение: ходьба по гимнастической скамейке на низких четвереньках; перелезание через предметы; бросание мяча вперед двумя руками снизу; Повторение: прыжки в длину с места; ловля мяча.
Март	Построение в колонну друг за другом по росту. Ходьба широким и мелким шагом, по сигналу; Бег по круг,

	с ускорением и замедлением темпа. Обучение: ходьба по «кирпичикам», прыжки через предметы; Повторение: ходьба по гимнастической скамейке на низких четвереньках; перелезание через предметы; бросание мяча вперед двумя руками снизу
Апрель	Построение в колонну по росту с перестроением в рассыпную по залу; Ходьба и бег стайкой, в рассыпную; бег в обусловленное место по сигналу. Обучение: ходьба по извилистой дорожке с хлопками над головой; ползание на средних четвереньках по прямой; прыжки на двух ногах, стоя на месте. Повторение: ходьба по «кирпичикам», прыжки через предметы;
Май	Построение в колонну по росту с перестроением в рассыпную по залу; построение в шеренгу, равнение по линии, с поворотом в колонну друг за другом. Ходьба приставным шагом вперед и назад. Бег с дополнительным заданием – догонять убегающих; чередовании бега в колонне с бегом в рассыпную. Обучение: ходьба с перешагиванием через предметы; ползание на средних четвереньках за катящимся предметом; прокатывание мяча между предметами; прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Повторение: ходьба по извилистой дорожке с хлопками над головой; ползание на средних четвереньках по прямой; прыжки на двух ногах, стоя на месте.

Перспективное планирование работы с детьми во 2-й младшей группе.

Месяц	Содержание
Сентябрь	Построение стайкой, в рассыпную. Ходьба и бег стайкой, в рассыпную; бег в обусловленное место по сигналу. Обучение: ходьба по извилистой дорожке с хлопками над головой; ползание на средних четвереньках по прямой; прыжки на двух ногах, стоя на месте. Повторение: прыжки на всей ступне с подниманием на

	носки и с работой рук; катание мяча двумя руками друг другу;
Октябрь	Построение в колонну друг за другом по росту. Ходьба и бег в колонне по зрительным ориентирам. Обучение: ходьба с перешагиванием через предметы; ползание на средних четвереньках за катящимся предметом; прокатывание мяча между предметами; прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Повторение: прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя; прокатывание мяча друг другу (увеличение расстояния)
Ноябрь	Построение в колонну по росту, в колонну парами; построение из колонны по росту в колонну парами, стоя на месте. Ходьба и бег в колонне парами с высоким подниманием колена и взмахом рук; бег с ускорением и замедлением темпа. Обучение: ходьба по наклонной доске и спуск с нее; ползание по скамейке на средних четвереньках; прокатывание мяча под дугу с целью сбить кеглю; прыжки вверх на месте с целью достать предмет. Повторение: прыжки на двух ногах с продвижением вперед; прыжки на двух ногах на месте в паре; прокатывание мяча между предметами.
Декабрь	Построение в колонну по росту с перестроением в рассыпную по залу; построение в шеренгу, равнение по линии, с поворотом в колонну друг за другом. Ходьба и бег в колонне «змейкой»; по кругу, взявшись за руки со сменой направления по сигналу. Обучение: ходьба по гимнастической скамейке; пролезание под дугой, не касаясь руками пола; бросание мяча двумя руками об пол и ловля его, стоя на месте; спрыгивание с высоты 15 см. Повторение: прыжки вверх с целью достать предмет; прокатывание мяча между предметами с целью сбить кеглю.
Январь	Построение в шеренгу, равнение по зрительным ориентирам с поворотом в колонну; перестроение из

	шеренги в круг по ориентирам. Ходьба и бег в колонне в заданном направлении «змейкой»; с ускорением и замедлением темпа; с остановкой по сигналу (приседание); ходьба в шеренге с одной стороны площадки на другую. Обучение: ходьба по гимнастической скамейке с дополнительным заданием приставляя пятку одной ноги к носку другой; ловля мяча, брошенного инструктором с расстояния 70-80 см; прыжки в длину с места. Повторение: пролезание в обруч, не касаясь руками пола; ходьба по гимнастической скамейке с мячом над головой; бросание мяча двумя руками об пол и ловля его.
Февраль	Перестроение из колонны по одному в колонну по два с места за направляющим по ориентирам; то же в движении. Ходьба и бег парами «змейкой», огибая поставленные предметы; ходьба на носках, перешагивая препятствия; бег в парах, в колонне со сменой направления по сигналу. Обучение: ходьба по гимнастической скамейке на высоких четвереньках; перелезание через скамейку боком; бросание мяча вперед двумя руками снизу; прыжки со сменой положения ног (врозь-вместе). Повторение: прыжки в длину с места; ловля мяча, брошенного взрослым; ходьба по гимнастической скамейке на средних четвереньках.
Март	Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении за направляющим по ориентирам; перестроение из колоны в шеренгу и наоборот. Ходьба широким и мелким шагом, со сменой направления по сигналу; перешагивание через «канавки»; бег по извилистой дорожке; по круг, взявшись за руки с ускорением и замедлением темпа. Обучение: ходьба по «кирпичикам», по «кочкам»; прыжки через предметы; бросание мяча вдаль двумя руками из-за головы через веревку; ползание по наклонной доске с переходом на гимнастическую стенку. Повторение: прыжки со сменой положения ног; ходьба по гимнастической скамейке на высоких четвереньках.
Апрель	Перестроение из колонны по одному в колонну по три с

	места за направляющим по ориентирам. Ходьба с дополнительным заданием: с остановкой по сигналу - поворот вокруг себя; ходьба приставным шагом вперед; ходьба на горку; бег с высоким подниманием бедра; со сменой темпа по сигналу. Обучение: лазание по гимнастической лестнице и спуск с нее; ходьба по гимнастической скамейке с дополнительным заданием - поворот вокруг себя переступанием; прыжки – прямой галоп; бросание мяча вверх и попытка поймать его. Повторение: ходьба по «кирпичикам»; бросание мяча вдаль руками из-за головы.
Май	Размыкание и смыкание при построении и перестроении обычным шагом; повороты направо и налево переступанием. Ходьба приставным шагом вперед и назад. Бег с дополнительным заданием – догонять убегающих; чередовании бега в колонне с бегом врассыпную. Обучение: ходьба по наклонной плоскости; метание на дальность правой и левой рукой; прыжки в высоту с места через шнур. Повторение: прямой галоп; бросание мяча вверх и ловля его; лазание по гимнастической лестнице.

Перспективное планирование работы с детьми в средней группе.

Месяц	Содержание
Сентябрь	Построение в колонну по одному; по росту; равнение по ориентиру, по черте. Ходьба и бег на месте с переходом в движение по сигналу; ходьба на носках, на пятках, на наружном своде стопы; ходьба по кругу, взявшись за руки с ускорением и замедлением темпа, ходьба с закрытыми глазами; бег «цепочкой». Со сменой направления по сигналу. Обучение: ходьба по извилистой дорожке с перешагиванием через предметы; ползание на низких и средних четвереньках по прямой; прыжки на двух ногах поочередно через 5-6 линий; прокатывание мячей друг другу по прямой. Повторение: прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг

	себя и со сменой положения ног; ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз.
Октябрь	Перестроение из колонны по одному в колонну по два с места за направляющим по ориентирам; нахождение своего места в колонне, в шеренге, в кругу. Ходьба со сменой направления, с поворотом кругом по зрительному сигналу; ходьба приставным шагом вперед и назад, стоя в шеренге, в кругу; бег врассыпную, с поворотом кругом; с высоким подниманием бедра; мелким и широким шагом. Обучение: Ходьба по шнуру, руки за спиной; ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками; прокатывание мяча из разных И.п. одной и двумя руками друг другу; прямой галоп. Повторение: прыжки на одной ноге поочередно; ноги вместе-ноги врозь с продвижением вперед; прокатывание обруча друг другу между предметами.
Ноябрь	Перестроение из колонны по одному в колонну по два с места за направляющим; перестроение из колонны по одному в колонну по три в движении. Ходьба с дополнительным заданием на руки; чередование ходьбы в парах с ходьбой врассыпную; ходьба со сменой ведущего; бег врассыпную по залу с остановкой по сигналу; бег пригнувшись, крадучись; бег со сменой ведущего. Обучение: ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки на поясе; подлезание под препятствие правым и левым боком; бросание мяча вверх, вниз об пол и ловля его двумя руками; прыжки из глубокого приседа, стоя на месте, чередуя с расслаблением. Повторение: прямой галоп по кругу, руки за спиной, змейкой; ходьба по шнуру.
Декабрь	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три, по четыре за направляющим. Ходьба с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса; чередование ходьбы с бегом, с прыжками на месте и продвижением вперед; бег со сменой ведущего; бег с преодолением препятствий. Обучение: ходьба по гимнастической скамейке, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске, не уронив друг друга;

	пролезание между предметами на средних четвереньках; отбивание мяча об пол на месте правой и левой рукой; прыжки с продвижением вперед через 6-8 линий. Повторение: прыжки из глубокого приседа в движении; бросание мяча вверх и ловля его, не прижимая к груди; вниз об пол и ловля его несколько раз подряд; пролезание через «тоннель»
Январь	Перестроение из двух колонн в две шеренги; размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны; размыкание и смыкание приставным шагом. Ходьба с преодолением дополнительных препятствий; ходьба по пересеченной местности; бег - «перебежки»; «найди себе пару»; бег с ловлей и увертыванием. Обучение: метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой; прыжки вверх с места с касанием одной и двумя руками предмета. Повторение: ходьба по наклонной доске и спуск с нее с поворотом вокруг себя на середине; перелезание через гимнастическую скамейку боком.
Февраль	Повороты кругом, переступая на месте; повороты кругом прыжком; перестроение из колонны по одному в шеренгу. Ходьба с закрытыми глазами; с высоким подниманием бедра; на носках, на пятках; на внешней стороне стопы; со сменой положения рук. Бег с ловлей и увертыванием; с высоким подниманием бедра; с остановкой по сигналу. Обучение: ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз; ползание на мелких и средних четвереньках по доске; ходьба по гимнастической скамейке с мячом в прямых руках над головой, на середине скамейки поворот вокруг себя; бросание мяча двумя руками из-за головы через шнур. Повторение: прыжки вверх с места с касанием одной и двумя руками предмета; прыжки вверх с места.
Март	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три в движении. Ходьба с остановкой на зрительный сигнал (цвет), звуковой сигнал. Бег в среднем темпе, змейкой. Обучение: ходьба по гимнастической скамейке с палкой за

	головой на плечах; лазание по гимнастической лестнице произвольным способом; метание предметов на дальность; прыжки в высоту с места. Повторение: прыжки на одной ноге; бросание мяча двумя руками через препятствие; прыжки с высоты в обруч.
Апрель	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре в движении; размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны; нахождение своего места в колонне, в шеренге, в кругу. Ходьба в колонне «змейкой», с поворотом вокруг себя; с остановкой по сигналу; широким и мелким шагом; в парах по кругу. Обучение: ходьба по наклонному бревну с дополнительным заданием для рук; лазание по гимнастической стенке с перелезанием с одного пролета на другой приставным шагом; метание в горизонтальную цель правой и левой рукой; прыжки с короткой скакалкой. Повторение: прыжки в высоту с места; метание предметов вдаль.
Май	Равнение по ориентиру; команды «Равняйся!», «Смирно!»; перестроение из колонны по одному в колонну по три; размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны; повороты на месте направо, налево переступанием. Ходьба в колонне спиной вперед; челночный бег; бег на скорость. Обучение: ходьба по наклонной поверхности со взмахом ленточками; перелезание через предмет боком; метание в вертикальную цель правой и левой рукой; прыжки в длину с места в прыжковую яму. Повторение: прыжки с короткой скакалкой; метание в горизонтальную цель.

2.1.3. Система работы по взаимодействию с семья воспитанников.

Задачи:

- осуществление преемственности детского сада и семьи в вопросах физического воспитания и оздоровления детей;
- изучение и активизация педагогического потенциала семьи: формирование у родителей активной позиции в физическом воспитании и оздоровлении ребенка.

Перспективное планирование работы с родителями

1.	Индивидуальные рекомендации и беседы.	в течение года
2.	Консультации на родительских собраниях: - «Значение спортивной формы»; - «Вместе весело шагать. Семейные походы в зимнее время»	сентябрь декабрь
3.	Наглядная информация – консультация на стендах: - «Семь заблуждений родителей о морозной погоде»; - «Веселая семейная зарядка» - «Как приучить ребенка заботиться о своем здоровье»; - «Солнце, воздух и вода – друзья каждой семьи»;	в течение года сентябрь- ноябрь февраль- апрель

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Название задачи	Материалы оборудования	Учебно-наглядные пособия	Информационные и технические средства
1.Оборудование для ходьбы, бега, равновесия. 2.Оборудование для прыжков. 3.Оборудование для катания, бросания, ловли. 4.Оборудование для ползания и лазанья. 5.Оборудование для упражнений общеразвивающего воздействия.	1. Доска с ребристой поверхностью, доска с зацепами, коврик массажный, скамейка гимнастическая, бум, Дорожка «Здоровье», Дорожка «Змейка», Дорожка «Кирпичики», канат. 2.Гимнастический набор «Кузнечик»: обручи, рейки, палки; дорожка-мат, мат гимнастический, скакалка, дорожка препятствий «Кирпичики», набор «Альма» 3.Кегли, кольцоброс, мешочек с грузом, мишень навесная, мячи диаметром 5 см, 10см, 15 см, 25 см. 4.Дуга, канат, лестница с зацепами, лабиринт игровой, гимнастическая стенка. 5.Тренажеры простейшего типа, кольцо плоское, лента короткая, массажеры, мяч набивной, обруч, кегли, платочки, гимнастические палки.	Наглядно- дидактический материал: 1.Игровые атрибуты; 2.Считалки, загадки; 3. Дидактические пособия; 4.Иллюстрации великих спортсменов, видов спорта, спортивного инвентаря.	1.Магнитофон; 2.CD и аудио материал 3. Видеопроектор 4.Экран

3.2. Программно-методическое обеспечение образовательного процесса.

- 1) Оздоровительная гимнастика: игровые комплексы. Группа (от 3.до 4 лет) авт. – сост. Е.И. Подольская – Изд. 2 – е, испр. – Волгоград: учитель. – 127 с.
- 2 Играй и общайся. Физические упражнения для детей и их родителей. – М.: ТЦ Сфера, 2022 – 112 с. – (Библиотека Воспитателя)
- 3) Использование нестандартного оборудования в физическом развитии детей дошкольного возраста. – СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2023. – 64с.,ил.
- 4) Игровые здоровье сберегающие технологии : психогимнастика, зарядка для глаз, пальчиковые игры, физкультминутки/ Н.А. Деева. – Волгоград : Учитель. – 61 с.
- 5) Физическое развитие детей: методические материалы к комплексной образовательной программе для детей раннего возраста «Первые шаги» / С.Ю. Мещерякова, Л.Н. Галигузова. – М.: ООО «Русское слово – учебник», 2019. – 40 с. – (ФГОС дошкольного образования).
- 6) Игровые физкультурные занятия в разновозрастной группе / авт. – сост. Л.Н. Волошина, Ю.М. Исаенко, Т.В. Курилова. – Изд. 2-е, перераб. – Волгоград
- 7) Полный курс дыхательной гимнастики Стрельниковой / М.Н. Щетинин. – Москва : Издательство АСТ, 2019. – 352с.: ил. – (Авторские методики: психология и здоровье).