

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №227 «Берёзка» общеразвивающего вида
(МБДОУ «Детский сад №227»)

ПРИНЯТО:
на заседании
педагогического совета
Протокол №1 от 24.08.2022 г..

УТВЕРЖДАЮ:
Приказом заведующего
«Детский сад №227 «Берёзка»
/О. А. Дмитриева/
Приказ №49/2-осн от 24.08.2022 г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад № 227 «Березка» общеразвивающего вида
для детей 2-7 летнего возраста
на 2022/2023 уч. год

Разработчик:
Т.В. Воронова
инструктор по физ. культуре

Содержание		
1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ		
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цели и задачи реализации рабочей Программы	3
1.3.	Принципы и подходы к формированию рабочей Программы	4
1.4.	Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики	4
1.5	Планируемые результаты освоения рабочей программы	5
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ		
2.1	Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области «Физическое развитие»	10
2.2.	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы с учетом возрастных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов	11
2.3.	Способы и направления поддержки детской инициативы	17
2.4.	Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с участниками образовательных отношений	18
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ		
3.1.	Материально-техническое обеспечение рабочей программы	19
3.2.	Методическое обеспечение рабочей программы, средствами обучения и воспитания	20
3.3.	Планирование образовательной деятельности. Учебный план	21
3.4.	Система мониторинга достижений детьми планируемых результатов освоения рабочей программы	23
3.5.	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	23
3.6.	Особенности организации развивающей предметно - пространственной среды	24
4. МЕРОПРИЯТИЯ МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ		25
4.1	Консультации, семинары, практикумы, мастер классы	25
4.2	Изучение, обобщение, распространение передового опыта	25
4.3	Мероприятия и направления работы с молодыми специалистами (наставничество)	
5. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ		
5.1.	Краткая презентация Рабочей программы	25
Приложение. Перспективное планирование		28-42
Приложение. Комплексы утренней гимнастики		43-45
Лист изменений и дополнений		46

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по образовательной области «Физическая культура» (далее – Программа) составлена на основе Образовательной программы дошкольного образования МБДОУ «Детский сад № 227», разработанной с учетом основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой и предусмотрена для организации образовательной деятельности с детьми в возрасте от 2-7 лет.

Работа по физическому развитию осуществляется по следующим направлениям: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, физическая культура. Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию физического развития в МБДОУ, возрастных особенностей воспитанников, с учетом требований ФГОС ДО.

Система работы по физическому развитию включает в себя три направления:

- с воспитанниками;
- с родителями (законными представителями);
- с педагогами МБДОУ.

Рабочая программа структурирована в соответствии с требованиями ФГОС ДО и содержит три основных раздела: целевой, содержательный и организационный.

Программа реализуется в течение 1 учебного года на государственном языке РФ - русском языке.

1.2. Цели и задачи реализации рабочей программы

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение **цели**: создание системы полноценного физического развития и здоровья детей дошкольного возраста.

Задачи:

1. охрана и укрепление здоровья воспитанников;
2. формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
3. создание условий для реализации потребности воспитанников в двигательной активности;
4. воспитание потребности в здоровом образе жизни;
5. обеспечение физического и психического благополучия.

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы

В основе реализации рабочей программы лежит культурно-исторический и системно - деятельностный подходы к развитию ребенка, являющиеся методологией ФГОС ДО, которые предполагают следующие принципы дошкольного образования:

1. сохранения уникальности и самоценности дошкольного детства как важного этапа в общем развитии человека;
2. полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащения (амплификации) детского развития;
3. индивидуализация дошкольного образования (в том числе одаренных детей и детей с ограниченными возможностями здоровья);
4. содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
5. поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
6. партнерство с семьей;
7. приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
8. формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
9. возрастная адекватность (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 10.обеспечение преемственности дошкольного и начального общего образования.

1.4 Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики

Знания возрастных особенностей развития ребенка поможет подобрать физические упражнения, закаливающие процедуры, следить за физическим и психическим развитием детей. Организм дошкольника интенсивно развивается. На протяжении первых семи лет жизни не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции.

Основными показателями физического развития ребенка являются рост, масса тела и окружность грудной клетки. Зная эти показатели можно сравнить данные физического развития детей, конкретного ребенка в группе со средними показателями развития детей соответствующего возраста. Чтобы обеспечить нормальное физическое развитие ребенка, дать ему необходимую нагрузку на физкультурных занятиях необходимо учитывать и анатомические особенности организма ребенка. Особенности движений детей, их координационные возможности от возраста к возрасту значительно изменяются, что существенно влияет на организацию занятий по физической культуре.

С характерными особенностями развития детей раннего и дошкольного

возраста можно ознакомиться в основной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы». / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 4-е изд., перераб. – М.: МОЗАИКАСИНТЕЗ, 2016:

- вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) – с. 33-34;
- младшая группа (3-4 года) – с. 34-36;
- средняя группа (4-5 лет) – с. 36-38;
- старшая группа (5-6 лет) – с. 38-40;
- подготовительная к школе группа (6-7 лет) – с. 41-42.

1.5 Планируемые результаты освоения рабочей программы

Образовательная область «Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны); формирование начальных представлений о некоторых видах спорта; овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Вторая группа раннего возраста (2-3 года)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Становление ценностей здорового образа жизни:

1. ориентируется в частях собственного тела (голова, лицо, руки, ноги, спина);
2. имеет представление о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза – смотреть, уши – слышать, нос – нюхать, язык – пробовать (определять) на вкус, руки – хватать, держать, трогать; ноги – стоять, прыгать, бегать, ходить, голова – думать, запоминать.

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

1. сформирована привычка (сначала под контролем взрослого, а затем самостоятельно) мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем;
2. способен с помощью взрослого приводить себя в порядок; пользоваться индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком).

Физическая культура

Обеспечение гармоничного физического развития:

1. сформирована правильная осанка;
2. развита инициатива, самостоятельность и творчество в двигательной

активности; способен к самоконтролю, самооценке при выполнении движений;

3. развит интерес к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях;

4. способен сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку;

5. способен ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног; умеет действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога;

6. умеет ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть бросать, катать); прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину, с места, отталкиваясь двумя ногами.

Начальные представления о некоторых видах спорта

1. сформирован интерес и любовь к спорту, начальные представления о некоторых видах спорта.

Подвижные игры:

1. развито желание играть вместе с воспитанниками в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями;

2. способен играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание);

3. умеет передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т.п.).

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

Становление ценностей здорового образа жизни:

1. различает и называет органы чувств (глаза, рот, нос, уши), имеет представление об их роли в организме;

2. имеет представление о полезной и вредной пище;

3. имеет представление о здоровом образе жизни: знает значение утренней зарядки, закаливания, упражнений, укрепляющих различные органы и системы организма; сформировано умение сообщать о своем самочувствии взрослым.

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

1. сформирована потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни;

2. сформированы простейшие поведения во время еды, умывания;

3. способен следить за своим внешним видом; правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой и носовым платком;

4. сформированы элементарные навыки поведения за столом: умение правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Становление ценностей здорового образа жизни:

1. знает части тела и органы чувств, их значение для жизни и здоровья человека;

2. имеет представление о здоровом образе жизни;

3. умеет устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием;

4. умеет оказывать себе элементарную помощь при ушибах, при необходимости обращаются за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

1. сформирована привычка следить за своим внешним видом;

2. сформирована привычка самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом;

3. умеет пользоваться расческой, носовым платком; при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком;

4. сформированы навыки аккуратного приема пищи: умение брать пищу понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка), салфеткой, полоскать рот после еды.

Физическая культура

Обеспечение гармоничного физического развития:

1. сформирована правильная осанка;

2. ходит и бегает с согласованными движениями рук и ног; бегает легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком

3. ползает, пролезает, подлезает, перелезает через предметы. Перелезает с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

4. энергично отталкивается и правильно приземляется в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентируется в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места сочетает отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохраняют равновесие. Выполняет прыжки через короткую скакалку.

5. принимает правильное исходное положение при метании, отбивает мяч о землю правой и левой рукой, бросает и ловит его кистями рук (не прижимая к груди).

6. развита организованность, самостоятельность, инициативность, умеет поддерживать дружеские отношения со сверстниками.

Начальные представления о некоторых видах спорта:

1. имеет представление о некоторых видах спорта;

2. катается на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу;

3. ходит на лыжах скользящим шагом, выполняет повороты, поднимается на гору;

4. участвует в построении, соблюдает дистанцию во время передвижения; развиты психофизические качества: быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Подвижные игры:

1. выполняет ведущую роль в подвижной игре, осознанно относится к выполнению правил игры;
2. проявляет активность в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
3. развита быстрота, сила, ловкость, пространственная ориентировка;
4. выполняет действия по сигналу.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Становление ценностей здорового образа жизни:

1. имеет представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма, о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода
2. наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье; имеет представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения);
3. проявляет интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

1. сформирована привычка следить за чистотой тела, опрятностью одежды, прически; самостоятельно чистить зубы, умываться, по мере необходимости мыть руки, следить за чистотой ногтей; при кашле и чихании закрывать рот и нос платком;
2. способен самостоятельно замечать и устранять беспорядок в своем внешнем виде;
3. умеет правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ложкой); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом; обращаться с просьбой, благодарить.

Физическая культура

Обеспечение гармоничного физического развития:

1. сформирована правильная осанка; осознанно выполняет движения;
2. развита быстрота, сила, выносливость, гибкость;
3. легко ходит, бегает, отталкивается от опоры;
4. лазает по гимнастической стенке, меняя темп;
5. прыгает в длину, в высоту с разбега, правильно разбегается, отталкивается и приземляется в зависимости от вида прыжка, прыгает на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохраняет равновесие при приземлении;
6. сочетает замах с броском при метании, подбрасывает и ловит мяч одной рукой, отбивает его правой и левой рукой на месте и ведет при ходьбе;
7. помогает взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Начальные представления о некоторых видах спорта:

1. имеет представление об истории олимпийского движения;
2. соблюдает технику безопасности и правила поведения в спортивном зале

и на спортивной площадке;

3. ходит на лыжах скользящим шагом, поднимается на склон, спускается с горы;

4. катается на двухколесном велосипеде, самокате, отталкиваясь одной ногой (правой, левой), ориентируется в пространстве;

5. играет в спортивные игры, игры с элементами соревнования, игры-эстафеты;

6. проявляет интерес к различным видам спорта, к спортивным играм и упражнениям, проявляет инициативу и творчество.

Подвижные игры:

1. способен самостоятельно организовать знакомые подвижные игры, проявляет инициативу и творчество;

2. стремиться участвовать в играх с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Становление ценностей здорового образа жизни:

1. соблюдает принципы рационального питания;

2. имеет представление об активном отдыхе, о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

1. умеет правильно и быстро умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем; правильно чистит зубы, полощет рот после еды, пользуется носовым платком и расческой;

2. умеет правильно пользоваться столовыми приборами; правильно вести себя за столом; обращаться с просьбой, благодарить;

3. следит за чистотой одежды и обуви; замечает и устраняет беспорядок в своем внешнем виде.

Физическая культура

Обеспечение гармоничного физического развития:

1. сохраняет правильную осанку в различных видах деятельности;

2. соблюдает заданный темп в ходьбе и беге, сочетает разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега; выполняет активные движения кисти руки при броске;

3. перелезает с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали;

4. быстро перестраивается на месте и во время движения, равняется в колонне, шеренге, кругу; выполняет упражнения ритмично, в указанном темпе;

5. развиты психофизические качества: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость;

6. развита координация движений и ориентировка в пространстве.

Начальные представления о некоторых видах спорта:

1. проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта;

2. самостоятельно следит за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвует в уходе за ними;

3. проявляет выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Подвижные игры:

1. использует разнообразные подвижные игры (в том числе с элементами соревнования);

2. самостоятельно организует подвижные игры, придумывает собственные игры, варианты игр, комбинирует движения, справедливо оценивает свои результаты и результаты товарищей;

3. проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области «Физическое развитие»

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма. Развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук. А также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта. Овладение подвижными играми с правилами; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Подробнее с содержанием психолого-педагогической работы в рамках образовательной области «Физическое развитие» (Обязательная часть) в конкретных возрастных группах можно ознакомиться в основной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» / под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой– 4-е изд., переработанное. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

- вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) *страница 155*
- младшая группа (от 3 до 4 лет) *страницы 155-156*
- средняя группа (от 4 до 5 лет) *страницы 156-157*
- старшая группа (от 5 до 6 лет) *страницы 157-158*
- подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет) *страница 15*

Физическая культура

Перечень основных движений, подвижных игр и упражнения представлен в примерной Основной образовательной программе дошкольного

образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – издание 4 – е, переработанное. Москва: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2016

- вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) *страницы 158-159*
- младшая группа (от 3 до 4 лет) *страницы 159-160*
- средняя группа (от 4 до 5 лет) *страницы 160-161*
- старшая группа (от 5 до 6 лет) *страницы 161-162*
- подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет) *страницы 162-163*

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов

Формы	Методы	Средства
вторая группа раннего возраста (2-3 года), младшая группа (3-4 года)		
<ul style="list-style-type: none"> - Специально-организованная деятельность по физическому развитию; - Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями); - Досуги; - Дни здоровья; - Подвижные игры; - Утренняя гимнастика; - Гимнастика после дневного сна; - Физкультминутки; - Пальчиковая гимнастика; - Гимнастика для глаз; - Дыхательные упражнения; - Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников; - Закаливание; - Прогулки. 	<ul style="list-style-type: none"> - Наглядный метод: <ul style="list-style-type: none"> • показ упражнений (взрослым); • использование моделей, пособий, зрительных ориентиров - Имитация; - Словесный метод; - Метод объяснения, пояснения; - Беседа; - Практический метод; - Повторение упражнений; - Выполнение упражнений в игровой форме. 	<ul style="list-style-type: none"> - Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ); - Атрибуты для подвижных игр; - Спортивный инвентарь; - Музыкальное сопровождение; - Картотеки по различным направлениям оздоровительной работы; - Художественная литература.
Средняя группа (4-5 лет)		
<ul style="list-style-type: none"> - Специально-организованная 	<ul style="list-style-type: none"> - Наглядный метод: <ul style="list-style-type: none"> • показ упражнений 	<ul style="list-style-type: none"> - Информационно-коммуникационные

<p>деятельность по физическому развитию;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями); - Досуги; - Дни здоровья; - Спортивные игры; - Подвижные игры; - Утренняя гимнастика - Гимнастика после дневного сна; - Физкультминутки; - Пальчиковая гимнастика; - Гимнастика для глаз; - Дыхательные упражнения; - Точечный массаж; - Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников; - Закаливание; - Прогулки. 	<p>(взрослым);</p> <ul style="list-style-type: none"> • использование моделей, пособий, зрительных ориентиров; - Имитация; - Словесный метод; - Метод объяснения, пояснения; - Беседа; - Практический метод; - Повторение упражнений; - Выполнение упражнений в игровой и соревновательной форме. 	<p>технологии(ИКТ);</p> <ul style="list-style-type: none"> - Атрибуты для подвижных игр; - Спортивный инвентарь; - Музыкальное сопровождение; - Карточки по различным направлениям оздоровительной работы; - Художественная литература.
Старшая группа (5-6 лет)		
<ul style="list-style-type: none"> - Специально-организованная деятельность по физическому развитию; - Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями); - Досуги; - Дни здоровья; - Спортивные игры; - Подвижные игры; - Утренняя гимнастика; - Гимнастика после дневного сна; - Физкультминутки; - Пальчиковая гимнастика; - Гимнастика для глаз; - Дыхательные упражнения; 	<ul style="list-style-type: none"> - Наглядный метод: <ul style="list-style-type: none"> • показ упражнений (взрослым); • использование моделей, пособий, зрительных ориентиров; - Имитация; - Словесный метод; - Метод объяснения, пояснения; - Беседа; - Практический метод; - Повторение упражнений; - Выполнение упражнений в игровой и соревновательной 	<ul style="list-style-type: none"> - Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ); - Атрибуты для подвижных игр; - Спортивный инвентарь; - Музыкальное сопровождение; - Карточки по различным направлениям оздоровительной работы; - Художественная литература.

- Точечный массаж; - Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников; - Закаливание; - Прогулки.	форме.	
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)		
- Специально-организованная деятельность по физическому развитию; - Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями) - Досуги; - Дни здоровья; - Спортивные игры - Подвижные игры; - Утренняя гимнастика; - Гимнастика после дневного сна; - Физкультминутки; - Пальчиковая гимнастика; - Гимнастика для глаз; - Дыхательные упражнения; - Точечный массаж; - Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников; - Закаливание; - Прогулки.	- Наглядный метод: • показ упражнений (взрослым); • использование моделей, пособий, зрительных ориентиров; - Имитация; - Словесный метод; - Метод объяснения, пояснения; - Беседа; - Практический метод; - Повторение упражнений; - Выполнение упражнений в игровой и соревновательной форме.	Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ) ; - Атрибуты для подвижных игр; - Спортивный инвентарь; - Музыкальное сопровождение; - Картоотеки по различным направлениям оздоровительной работы; - Художественная литература.

Способы организации воспитанников при выполнении физкультурных упражнений, обучение отработке основных движений

Способы	Содержание
Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное

	упражнение (ходьба с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом)
Индивидуальный	Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности
Младшая группа (3-4 года)	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (ходьба с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное - оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом)
Индивидуальный	Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности
Средняя группа (4-5 лет)	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях

Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (ходьба с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом)
Индивидуальный	Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности
Старшая группа (5-6 лет)	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (ходьба с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом)
Индивидуальный	Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности

Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (ходьба с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом)
Индивидуальный	Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности

Структура физкультурной организованной образовательной деятельности состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Выделение частей занятия обусловлено физиологическими, психологическими и педагогическими закономерностями.

Вводная часть (1/6 часть занятия), обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. В эту часть включают упражнения в построениях, перестроениях; различные варианты ходьбы, бега, прыжков с относительно умеренной нагрузкой; несложные игровые задания.

Основная часть (4/6 части занятия, самая большая по объему и значимости) способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствии с задачами занятия. В эту часть включают упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально-волевых качеств личности. Эти общеразвивающие упражнения, проводящиеся с разным темпом и амплитудой движения, укрепляют крупные мышечные группы, способствуют формированию правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве. Одно из ведущих мест в основной части занятия занимает обучение основным видам движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности. В содержание основной части занятия входят также подвижные игры большой и средней интенсивности,

несложные игровые задания, эстафеты.

Заключительная часть (1/6 часть занятия), выравнивает функциональное состояние организма детей. В содержание этой части входят упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания.

2.3 Способы и направления поддержки детской инициативы

Способы поддержки инициативы детей:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- не директивная помощь детям, поддержка детской инициативы и самостоятельности на занятиях по физической культуре.

2.4 Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с участниками образовательных отношений

Участники образовательных отношений	Формы взаимодействия
Родители (законные представители)	Беседы, анкетирование, консультирование, стендовая информация, дни открытых дверей; привлечение к участию в подготовке праздников, конкурсов, фестивалей; проведение совместных досугов, развлечений и групповых праздников
Музыкальный руководитель	Проведение совместных праздников и развлечений; подбор музыкального сопровождения для утренней гимнастики, занятий по физической культуре
Воспитатели	Беседы, консультирование, подготовка совместных мероприятий

Организуя взаимодействие с семьей по вопросам оздоровления детей используются следующие формы:

- наглядные мини-центры для родителей, папки передвижки, консультативно-рекомендательный материал;
- анкетирование - этот метод позволяет получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, получить информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество форм взаимодействия с родителями;
- нетрадиционные формы (мастер-классы, устный журнал, круглый стол и др.). Использование нетрадиционных форм позволяет в оживленной,

интересной беседе с родителями обмениваться опытом оздоровления детей, общаться и получать исчерпывающие ответы специалистов, высказывать свое мнение;

- конкурсы, выставки совместных работ детей и родителей;

- в течение года проводятся спортивные мероприятия. Основная их цель помочь каждому ребенку ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. А участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка.

2.5 План работы с родителями (законными представителями) Тематический модуль «Физическая культура» на 2022/2023 учебный год

№ п/п	Содержание деятельности	Сроки	Ответственные
Сентябрь			
1.	Выступление на общем родительском собрании «Организация физкультурно-оздоровительной работы в ДОО»	1-2 неделя	Инструктор по физ. культуре
2.	МИЦ рекомендации «Гигиеническое значение спортивной формы»	3-4 неделя	Инструктор по физ. культуре
Октябрь			
3.	Анкетирование «Удовлетворенность состоянием физкультурно-оздоровительной работы в ДОО»	1-2 неделя	Инструктор по физ. культуре
4.	Консультация «Возрастные особенности развития детей дошкольного возраста» образовательная область «Физическое развитие»	3-4 неделя	Инструктор по физ. культуре
Ноябрь			
5.	Памятка «Формирование мотивации к здоровому образу жизни дошкольников».	1-2 неделя	Инструктор по физ. культуре
6.	Рекомендации «Спортивный уголок дома для ребенка дошкольника»	3-4 неделя	Инструктор по физ. культуре
Декабрь			
7.	Буклет «Правильная обувь как средство правильного формирования стопы ребенка»	1-2 неделя	Инструктор по физ. культуре
8.	Размещение материала на сайте ДОО «Звероаэробика», утренняя зарядка	3-4 неделя	Инструктор по физ. культуре
Январь			
9.	Памятка: «Как правильно выбрать коньки и лыжи ребенку дошкольнику»	1-2 неделя	Инструктор по физ. культуре
10.	Консультация: «Закаливание - важный компонент здорового образа жизни дошкольника»	3-4 неделя	Инструктор по физ. культуре
Февраль			

11.	Буклет: «Как одевать ребенка на прогулку при двигательной активности»	1-2 неделя	Инструктор по физ. культуре
12.	Совместный спортивный праздник, посвященный Дню Защитника Отечества	3-4 неделя	Инструктор по физ. культуре
Март			
13.	Памятка «Береги глаз, как алмаз». Комплексы упражнений для глаз.	1-2 неделя	Инструктор по физ. культуре
14.	Рекомендация «Осанка — это важно!» Комплексы упражнений для дошкольников	3-4 неделя	Инструктор по физ. культуре
Апрель			
15.	Консультация «Организация здоровьесберегающей двигательной активности ребенка на прогулке»	1-2 неделя	Инструктор по физ. культуре
16.	Буклет «О пользе прогулок с детьми»	3-4 неделя	Инструктор по физ. культуре
Май			
17.	Буклет «Здоровый образ жизни дошкольника»	1-2 неделя	Инструктор по физ. культуре
18.	Мастер класс «Нестандартное физкультурное оборудование»	3-4 неделя	Инструктор по физ. культуре

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально-техническое обеспечение рабочей программы

Вид помещения	Оснащение
Спортивный зал	Шведская стенка Гимнастические скамейки Горка детская Стойка с веревкой Бревно гимнастическое Доска ребристая Обручи Ориентиры Лыжи Дуги для подлезания Тоннель Дорожка ребристая ортопедическая Корректирующие дорожки Самокаты Мяч резиновый большой Мяч волейбольный Мяч резиновый малый Мяч баскетбольный Мяч набивной. Мешочки с песком для метания Скакалки Гимнастические палки Спортивные маты Ключики Ленты Платочки Кубики

	Флажки Кегли Волейбольная сетка Короткие шнуры Бадминтон Доска наклонная Парашют Гимнастическая доска Бубен Конусы
--	---

3.2. Методическое обеспечение рабочей программы. Средства обучения и воспитания Методическое обеспечение рабочей программы

№ п/п	Перечень программ и технологий. Обязательная часть. Часть, формируемая участниками образовательных отношений
1.	Образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 4-е изд., перераб. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.
Учебно-методический комплект	
Образовательная область «Физическое развитие»	
Вторая группа раннего возраста (2-3 года). Обязательная часть	
1.	Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет. - М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2016
2.	Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018
Младшая группа (3-4 года). Обязательная часть	
1.	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа. 3-4 года. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016
2.	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018
3.	Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет / Автор сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016
Средняя группа (4-5 лет). Обязательная часть	
1.	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. 4-5 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017
2.	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018
3.	Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет / Автор сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016
Старшая группа (5-6 лет). Обязательная часть	
1.	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. 5-6 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017
2.	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018
3.	Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет / Автор сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018
Подготовительная к школе группа (6-7 лет). Обязательная часть	
1.	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. 6-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016

2.	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018
3.	Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет / Автор сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018
Наглядно-дидактические пособия Образовательная область «Физическое развитие»	
1.	Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», «Олимпийские игры», «Спортивный инвентарь», «Виды спорта»

3.3. Планирование образовательной деятельности.

Учебный план

Рабочая программа, опираясь на образовательную программу дошкольного образования МБДОУ, предполагает проведение организованной образовательной деятельности (далее ООД) по физической культуре 3 раза в неделю с 3 до 7 лет в соответствии с требованиями СанПиН. Во второй группе раннего возраста – 2 раза в неделю.

Организация двигательного режима в МБДОУ

Формы работы	Количество и длительность занятий (в минутах) в зависимости от возраста детей			
	2-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия				
в помещении /зал/	2 р. в неделю, 15 мин	2 р. в неделю 20 мин	2 р. в неделю, 25 мин	2 р. в неделю, 30 мин
на улице	1 р. в неделю, 15 мин	1 р. в неделю 20 мин	1 р. в неделю, 25 мин	1 р. в неделю, 30 мин
Физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня				
утренняя гимнастика	<i>Ежедневно</i>			
	5-6 мин	6-8 мин	8-10 мин	10-12 мин
подвижные и спортивные игры, упражнения на прогулке	<i>ежедневно 2 раза (утром и вечером)</i>			
	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-40 мин
физкультминутки (в середине статического занятия)	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин
Активный отдых				
физкультурный досуг	<i>1 раз в месяц</i>			
	15-20	20 мин	30-40 мин	40 мин

	мин			
физкультурный праздник	2 раза в год			
		до 45	до 60 мин	до 60 мин
неделя здоровья	1 раз в квартал			
Самостоятельная двигательная деятельность				
самостоятельное использование физкультурного и спортивного игрового оборудования	ежедневно (под руководством педагога) ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно (под руководством педагога) ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

Учебный план на 2022/2023 учебный год

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
	Количество ООД			
	Н/М/Г	Н/М/Г	Н/М/Г	Н/М/Г
Физ. культура в помещении	2/8/74	2/8/74	2/8/74	2/8/74
Физ. культура на воздухе	1/4/36	1/4/36	1/4/36	1/4/36

Сокращения: Н – неделя, М – месяц, Г – год

Расписание организованной образовательной деятельности по возрастным группам на 2019/2020 учебный год

№ группы возраст	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
2 (2-4 года)	-	9.00-9.15	-	9.00-9.15	10.20-10.25 на улице
3 (4-5 лет)	-	9.25-9.45	-	9.25-9.45	10.35-10.55 на улице
4 (5-6 лет)	-	9.55-10.20	-	9.55-10.20	11.05-11.30
5 (6-7 лет)	-	10.30-11.00	-	10.20-10.50	11.40-12.10

3.4. Система мониторинга достижений детьми планируемыми результатами освоения рабочей программы

Реализация рабочей программы предполагает оценку индивидуального развития детей, такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Методика определения физической подготовленности детей

Для фиксации достижений воспитанников педагогическая диагностика проводится 2 раза в год: в сентябре и в мае.

Эта система оценки результатов позволяет не только получить достаточно объективную картину физической подготовленности детей, но и выявить уровень развития детей группы. По результатам тестирования заполняются диагностические карты физической подготовленности детей на каждую возрастную группу, и планируется дальнейшая работа.

Результаты тестирования разделены на три уровня: низкий уровень; средний уровень; высокий уровень.

3.5. Особенности традиционных событий, праздников и мероприятий

Форма	Тема	Группы	Сроки	Отметка о выполнении
Спортивное развлечение	«Школа пешеходов»	все возрастные группы	Сентябрь	
Досуг Квест игра	«Мишка - шалунишка» «По сказочным дорожкам»	младшие группы старшие группы	Октябрь	
Спортивно-развлекательная игра	«Зайки на полянке» «Прогулка в лес»	младшая, средняя старшая, подготовит. группы	Ноябрь	
Развлечение Квест-путешествие	«Веселая семейка» «По зимним дорожкам»	младшие группы старшие группы	Декабрь	
Спортивное развлечение (в рамках недели «Здоровья»)	«Зимние приключения» «Снежные старты Маши и Миши»	младшая средняя, старшая, подготовит. группы	Январь	
Развлечение Спортивно-музыкальный праздник	«Бравые солдаты» «Будем в армии служить, и Отчизной дорожить!»	младшие группы старшие группы	Февраль	
Спортивное развлечение	«Проводы зимы», «Масленица»	все группы	Февраль	
Досуг Спортивное развлечение	«Бобик в гостях у ребят» «Мой веселый, звонкий мяч!»	младшие группы все возрастные группы	Март	

Развлечение Спортивная эстафета	«Коза с козлятами» «Веселые старты»	младшие группы старшие группы	Апрель	
Спортивное развлечение	«В здоровом теле – здоровый дух!»	все группы	Май	

3.6. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда

Перечень оборудования и пособий	
Шведская стенка	1 шт
Гимнастические скамейки	2шт
Горка детская	-
Стойка с веревкой	1шт
Бревно гимнастическое	1шт
Доска ребристая	1шт
Обручи	30шт
Ориентиры	6шт
Лыжи	20шт
Дуги для подлезания	5шт
Тоннель	2шт
Дорожка ребристая ортопедическая	1шт
Корректирующие дорожки (нетрадиционные атрибуты)	4шт
Самокаты	2шт
Мяч резиновый большой	30шт
Мяч волейбольный	1шт
Мяч резиновый малый	-
Мяч баскетбольный	-
Мяч набивной.	6шт
Мешочки с песком для метания	30шт
Скакалки	30шт
Гимнастические палки	30шт
Спортивные маты	2шт
Клюшки	4шт
Ленты	60шт
Платочки	30шт
Кубики	60шт
Флажки	30шт
Кегли	10шт
Волейбольная сетка	1шт
Короткие шнуры	30шт
Бадминтон	2шт
Доска наклонная ребристая	1шт
Парашют (нетрадиционные атрибуты)	1шт
Гимнастическая доска	-
Бубен	1шт

Раздел 4. Мероприятия методической работы в ДОУ

4.1. Консультации, семинары, практикумы, мастер – классы

Консультации	«Обеспечение безопасности при проведении занятий по физической культуре в ДОУ»	Февраль
Презентации	«Самообразование – путь к профессиональному становлению»	Январь
Показ педагогической деятельности по физической культуре	<u>Неделя мастерства:</u> Открытый просмотр деятельности (в рамках Дня открытых дверей)	Октябрь

4.2. Изучения, общения, распространения передового опыта

ОБОБЩЕНИЕ	Тема опыта	Форма	Сроки
	«Использование здоровьесберегающих технологий в старшем дошкольном возрасте»	Открытый показ	Октябрь

4.3. Мероприятия и направления работы с молодыми специалистами (наставничество)

Мастер–класс: «Использование ИКТ в физкультминутках».	1 неделя Декабрь
---	---------------------

5. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Краткая презентация Рабочей программы

Рабочая программа по образовательной области «Физическая культура» (далее – Программа) составлена на основе Образовательной программы дошкольного образования МБДОУ «Детский сад № 227», разработанной с учетом основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой и предусмотрена для организации образовательной деятельности с детьми в возрасте от 2-7 лет.

Работа по физическому развитию осуществляется по следующим направлениям: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, физическая культура. Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию физического развития в МБДОУ, возрастных особенностей воспитанников, с учетом требований ФГОС ДО.

Система работы по физическому развитию включает в себя три направления:

- с воспитанниками;
- с родителями (законными представителями);
- с педагогами МБДОУ.

Рабочая программа структурирована в соответствии с требованиями ФГОС ДО и содержит три основных раздела: целевой, содержательный и организационный.

Программа реализуется в течение 1 учебного года на государственном языке РФ - русском языке.

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение **цели**: создание системы полноценного физического развития и здоровья детей дошкольного возраста.

Задачи:

1. охрана и укрепление здоровья воспитанников;
2. формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
3. создание условий для реализации потребности воспитанников в двигательной активности;
4. воспитание потребности в здоровом образе жизни;
5. обеспечение физического и психического благополучия.

В основе реализации рабочей программы лежит культурно-исторический и системно - деятельностный подходы к развитию ребенка, являющиеся методологией ФГОС ДО, которые предполагают следующие принципы дошкольного образования:

1. сохранения уникальности и самоценности дошкольного детства как важного этапа в общем развитии человека;
2. полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащения (амплификации) детского развития;
3. индивидуализация дошкольного образования (в том числе одаренных детей и детей с ограниченными возможностями здоровья);
4. содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
5. поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
6. партнерство с семьей;
7. приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
8. формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
9. возрастная адекватность (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
10. обеспечение преемственности дошкольного и начального общего образования.

Организуя взаимодействие с семьей по вопросам оздоровления детей используются следующие формы:

- наглядные мини-центры для родителей, папки передвижки, консультации специалистов;

- анкетирование - этот метод позволяет получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, получить информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество форм взаимодействия с родителями;

- нетрадиционные формы (мастер-классы, устный журнал, круглый стол и др.). Использование нетрадиционных форм позволяет в оживленной, интересной беседе с родителями обмениваться опытом оздоровления детей, общаться и получать исчерпывающие ответы специалистов, высказывать свое мнение;

- конкурсы, выставки совместных работ детей и родителей;

- в течение года проводятся спортивные мероприятия. Основная их цель – помочь каждому ребенку ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. А участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка.

Перспективный план (организованная образовательная деятельность по физической культуре) занятие в зале вторник – 9.00 – 9.15
четверг - 9.00 – 9.15

Вторая группа раннего возраста

Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет.

на 2022 – 2023 г.г., по методическому пособию: Федорова С.Ю. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018

№ п/п	Сентябрь	
	№ занятия дата	Литература
1	№1 01.09	Стр. 23-24
2	№2 06.09	Стр. 24
3	№3 08.09	Стр. 25
4	№4 13.09	Стр. 25 - 26
5	№5 15.09	Стр. 26
6	№6 20.09	Стр. 26 - 27
7	№7 22.09	Стр. 27
8	№8 27.09	Стр. 27 - 28
9	№9 29.09	Стр. 30
	Октябрь	
	№ занятия, дата	Литература
1	№10 04.10	Стр.30-31
2	№11 06.10	Стр. 31
3	№12 11.10	Стр. 31 - 32
4	№13 13.10	Стр. 32 - 33
5	№14 18.10	Стр. 33
6	№15 20.10	Стр. 33 - 34
7	№16 25.10	Стр. 34
8	№17 27.10	Стр. 36 - 37
	Ноябрь	
	№ занятия, дата	Литература
1	№18 01.11	Стр. 37
2	№19 03.11	Стр. 37 - 38
3	№20 08.11	Стр. 38
4	№21 10.11	Стр. 39
5	№22 15.11	Стр. 39 - 40
6	№23 17.11	Стр. 40
7	№24 22.11	Стр. 40 - 41
8	№25 24.11	Стр. 43
9	№26 29.11	Стр.43-44
	Декабрь	
	№ занятия, дата	Литература
1	№27 01.12	Стр. 44

2	№28 06.12	Стр. 44-45
3	№29 08.12	Стр. 45
4	№30 13.12	Стр. 46
5	№31 15.12	Стр. 46 - 47
6	№32 20.12	Стр. 47
7	№33 22.12	Стр. 49
8	№34 27.12	Стр. 49 - 50
9	№35 29.12	Стр. 50
	Январь	
	№ занятия, дата	Литература
1	№36 10.01	Стр. 51
2	№37 12.01	Стр. 51 – 52
3	№38 17.01	Стр. 52
4	№39 19.01	Стр. 52 – 53
5	№40 24.01	Стр. 53
6	№41 26.01	Стр. 55 - 56
7	№42 31.01	Стр. 56
	Февраль	
	№ занятия, дата	Литература
1	№43 02.02	Стр. 56 - 57
2	№44 07.02	Стр. 57- 58
3	№45 09.02	Стр. 58
4	№46 14.02	Стр. 58 - 59
5	№47 16.02	Стр. 59
6	№48 21.02	Стр. 60
7	№49 28.02	Стр. 62
	Март	
	№ занятия, дата	Литература
1	№50 02.03	Стр. 62 - 63
2	№51 07.03	Стр. 63
3	№52 09.03	Стр. 64
4	№53 14.03	Стр. 64 - 65
5	№54 16.03	Стр. 65
6	№55 21.03	Стр. 65 - 66
7	№56 23.03	Стр. 66
8	№57 28.03	Стр. 68-69
9	№58 30.03	Стр. 69
	Апрель	
	№ занятия, дата	Литература
1	№59 04.04	Стр. 69 - 70
2	№60 06.04	Стр. 70 - 71
3	№61 11.04	Стр. 71
4	№62 13.04	Стр. 71 - 72

5	№63 18.04	Стр.72 - 73
6	№64 20.04	Стр. 73
7	№65 25.04	Стр. 75
	№66 27.04	Стр. 75 - 76
	Май	
	№ занятия, дата	Литература
1	№67 02.05	Стр. 76 - 77
2	№68 04.05	Стр. 77
3	№69 11.05	Стр. 77 - 78
4	№70 16.05	Стр. 78
5	№71 18.05	Стр. 79
6	№71 23.05	Стр. 79
7	№72 25.05	Стр. 79 - 80
8	№72 30.05	Стр. 79 - 80

Итого 74 занятия по 2 занятия в неделю в зале

Перспективный план (организованная образовательная деятельность по физической культуре) занятие в зале вторник – 09.00 – 09.15
четверг - 09.00 – 09.15
на воздухе пятница** – 10.10 – 10.25

Младшая группа

Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду: Младшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 80 с.

	Сентябрь 2022	
	№ занятия дата	Литература
1	№1 01.09	Стр.23-24
2	№1** 02.09	Стр.23-24
3	№2 06.09	Стр.24-25
4	№2 08.09	Стр.24-25
5	№2** 09.09	Стр.24-25
6	№3 13.09	Стр.25-26
7	№3 15.09	Стр.25-26
8	№3** 16.09	Стр.25-26
9	№4 20.09	Стр.26-27
10	№4 22.09	Стр.26-27
11	№4** 23.09	Стр.28-29
12	№5 27.09	Стр.28-29
13	№5 29.09	Стр.28-29
14	№5** 30.09	Стр.28-29
	Октябрь 2022	
	№ занятия дата	Литература

1	№6 04.10	Стр.29
2	№6 06.10	Стр.29
3	№6** 07.10	Стр.29
4	№7 11.10	Стр.30-31
5	№7 13.10	Стр.30-31
6	№7** 14.10	Стр.30-31
7	№8 18.10	Стр.31-32
8	№8 20.10	Стр.31-32
9	№8** 23.10	Стр.31-32
10	№9 25.10	Стр.33-34
11	№9 27.10	Стр.33-34
12	№9** 28.10	Стр.33-34
	Ноябрь 2022	
	№ занятия дата	Литература
1	№10 01.11	Стр.34-35
2	№10 03.11	Стр.34-35
3	№11 08.11	Стр.35-37
4	№11 10.11	Стр.35-37
5	№11** 11.11	Стр.35-37
6	№12 15.11	Стр.37-38
7	№12 17.11	Стр. 37-38
8	№12** 18.11	Стр. 37-38
9	№13 22.11	Стр.38-40
10	№13 24.11	Стр.38-40
11	№13** 25.11	Стр.38-40
12	№14 29.11	Стр.40-41
	Декабрь 2022	
	№ занятия дата	Литература
1	№14 01.12	Стр.40-41
2	№14** 02.12	Стр.40-41
3	№15 06.12	Стр.41-42
4	№15 08.12	Стр.41-42
5	№15** 09.12	Стр.41-42
6	№16 13.12	Стр.42-43
7	№16 15.12	Стр.42-43
8	№16** 16.12	Стр.42-43
9	№17 20.12	Стр.43-44
10	№17 22.12	Стр.43-44
11	№17** 23.12	Стр.43-44
12	№18 27.12	Стр.45-46
13	№18 29.12	Стр.45-46
14	№18** 30.12	Стр.45-46
	Январь 2023	

	№ занятия дата	Литература
1	№19 10.01	Стр.46-47
2	№19 12.01	Стр.46-47
3	№19** 13.01	Стр.46-47
4	№20 17.01	Стр.47-48
5	№20 19.01	Стр. 47-48
6	№20** 20.01	Стр. 47-48
7	№21 24.01	Стр.50
8	№21 26.01	Стр.50
9	№21** 27.01	Стр.50
10	№22 31.01	Стр.50
Февраль 2023		
	№ занятия дата	Литература
1	№22 02.02	Стр.51-52
2	№22** 03.02	Стр.51-52
3	№23 07.02	Стр.52-53
4	№23 09.02	Стр.52-53
5	№23** 10.02	Стр.52-53
6	№24 14.02	Стр.53-54
7	№24 16.02	Стр.53-54
8	№24** 17.02	Стр.53-54
9	№25 21.02	Стр.54-55
10	№25 28.02	Стр. 54-55
Март 2023		
	№ занятия дата	Литература
1	№25 02.03	Стр. 54-55
2	№25** 03.03	Стр. 54-55
3	№26 07.03	Стр. 54-55
4	№26 09.03	Стр.56-57
5	№26** 10.03	Стр.56-57
6	№27 14.03	Стр.57-58
7	№27 16.03	Стр. 57-58
8	№27** 17.03	Стр.58-59
9	№28 21.03	Стр.58-59
10	№28 23.03	Стр.58-59
11	№28** 24.03	Стр.58-59
12	№29 28.03	Стр.60-61
13	№29 30.03	Стр.60-61
14	№29** 31.03	Стр.60-61
Апрель 2023		
	№ занятия дата	Литература
1	№30 04.04	Стр.61-62
2	№30 06.04	Стр.61-62

3	№30** 07.04	Стр.61-62
4	№31 11.04	Стр.62-63
5	№31 13.04	Стр. 62-63
6	№31** 14.04	Стр. 62-63
7	№32 18.04	Стр.63-64
8	№32 20.04	Стр.63-64
9	№32** 21.04	Стр.63-64
10	№33 25.04	Стр.65-66
11	№33 27.04	Стр.65-66
12	№33** 28.04	Стр.65-66
	Май 2023	
	№ занятия дата	Литература
1	№34 02.05	Стр.66-67
2	№34 04.05	Стр.66-67
3	№34** 05.05	Стр.66-67
4	№35 11.05	Стр.65-66
5	№35** 12.05	Стр.66-67
6	№36 16.05	Стр.66-67
7	№36 18.05	Стр.67-68
8	№36** 19.05	Стр.67-68
9	№32 23.05	Стр.63-64
10	№32 25.05	Стр.63-64
11	№32** 26.05	Стр.63-64
12	№33 30.05	Стр.65-66

Итого 74 занятия в зале + улица 36 = 110

Перспективный план (организованная образовательная деятельность по физической культуре) занятие в зале вторник – 09.25 – 09.45

четверг - 09.25 – 09.45

на воздухе пятница** – 10.35 – 10.55

Средняя группа

Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду: Средняя группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. – 112с.

№ п.п.	Сентябрь 2022	
	№ занятия дата	Литература
1	№2* 01.09	Стр. 20
2	№3** 02.09	Стр. 21
3	№4 06.09	Стр. 21-22
4	№5* 08.09	Стр. 23
5	№6** 09.09	Стр. 23-24

6	№7 13.09	Стр. 24 - 25
7	№8* 15.09	Стр. 26
8	№9** 16.09	Стр. 26
9	№10 20.09	Стр. 26 - 28
10	№11* 22.09	Стр. 28-29
11	№12** 23.09	Стр. 29
12	№1 27.09	Стр. 19
13	№2* 29.09	Стр. 20
14	№3** 30.09	Стр. 21
	Октябрь 2022	
	№ занятия дата	Литература
1	№13 04.10	Стр. 31-32
2	№14* 06.10	Стр. 32
3	№15** 07.10	Стр. 32
4	№16 11.10	Стр. 33
5	№17* 13.10	Стр. 34
6	№18** 14.10	Стр. 34
7	№19 18.10	Стр. 35
8	№20* 20.10	Стр.35 - 36
9	№21** 21.10	Стр. 36
10	№22 25.10	Стр. 36 - 37
11	№23* 27.10	Стр. 37 - 38
12	№24** 28.10	Стр.38
	Ноябрь 2022	
	№ занятия дата	Литература
1	№25 01.11	Стр. 39 - 40
2	№26* 03.11	Стр. 40
3	№28 08.11	Стр. 40 - 41
4	№29* 10.11	Стр. 42
5	№30** 11.11	Стр. 43
6	№31 15.11	Стр. 43 - 44
7	№32* 17.11	Стр. 44
8	№33** 18.11	Стр. 45
9	№34 22.11	Стр. 45 - 46
10	№35* 24.11	Стр. 46
11	№36** 25.11	Стр. 46 - 47
12	№1 29.11	Стр. 48
	Декабрь 2022	
	№ занятия дата	Литература
1	№2* 01.12	Стр. 49
2	№3** 02.12	Стр. 49
3	№4 06.12	Стр. 50 - 51
4	№5* 08.12	Стр. 51

5	№6** 09.12	Стр. 51
6	№7 13.12	Стр. 52 - 53
7	№8* 15.12	Стр. 54
8	№9** 16.12	Стр. 54
9	№10 20.12	Стр. 54 - 56
10	№11* 22.12	Стр. 56
11	№12**23.12	Стр. 56
12	№10 27.12	Стр. 54 - 56
13	№11* 29.12	Стр. 56
14	№12**30.12	Стр. 56
	Январь 2023	
	№ занятия дата	Литература
1	№13 10.01	Стр. 57 - 58
2	№14* 12.01	Стр. 58
3	№15** 13.01	Стр. 59
4	№16 17.01	Стр. 59 - 60
5	№17* 19.01	Стр. 60
6	№18** 20.01	Стр. 60 - 61
7	№19 24.01	Стр. 61 -62
8	№20* 26.01	Стр. 62
9	№21** 27.01	Стр. 62 - 63
10	№22 31.01	Стр. 63 - 64
	Февраль 2023	
	№ занятия дата	Литература
1	№23* 02.02	Стр. 64
2	№24** 03.02	Стр. 64
3	№25 07.02	Стр. 65 - 66
4	№26* 09.02	Стр. 66
5	№27** 10.02	Стр. 67
6	№28 14.02	Стр. 67 - 68
7	№29* 16.02	Стр. 68
8	№30** 17.02	Стр. 68 - 69
9	№31 21.02	Стр. 69
10	№34 28.02	Стр. 70
	Март 2023	
	№ занятия дата	Литература
1	№2* 02.03	Стр. 73
2	№3** 03.03	Стр. 73
3	№4 07.03	Стр. 74
4	№5* 09.03	Стр. 75 - 76
5	№6**10.03	Стр. 76
6	№7* 14.03	Стр. 76
7	№8* 16.03	Стр. 77

8	№9** 17.03	Стр. 77
9	№10 21.03	Стр. 78
10	№11* 23.03	Стр. 79
11	№12**24.03	Стр. 79
12	№13 28.03	Стр. 80
13	№14* 30.03	Стр. 81
14	№15**31.03	Стр. 82
	Апрель 2023	
	№ занятия дата	Литература
1	№16 04.04	Стр. 82 - 83
2	№17* 06.04	Стр. 83
3	№18** 07.04	Стр. 84
4	№19 11.04	Стр. 84 - 85
5	№20* 12.04	Стр. 85
6	№21** 14.04	Стр. 85 - 86
7	№22 18.04	Стр. 86
8	№23* 20.04	Стр. 87
9	№24** 21.04	Стр. 87
10	№25 25.04	Стр. 88
11	№26* 27.04	Стр. 89
12	№27** 28.04	Стр. 89
	Май 2023	
	№ занятия дата	Литература
1	№28 02.05	Стр. 89
2	№29* 04.05	Стр. 89-90
3	№30**05.05	Стр. 90
5	№32* 11.05	Стр. 91
6	№33**12.05	Стр. 92
7	№34 16.05	Стр. 92
8	№35* 18.05	Стр. 92-93
9	№36**19.05	Стр. 93
10	№31 23.05	Стр. 91
11	№29* 04.05	Стр. 89-90
12	№30**05.05	Стр. 90

Итого 110 занятий - 74 занятия в зале, 36 занятий на улице

Перспективный план
(организованная образовательная деятельность по физической культуре)

в зале вторник – 9.55 – 10.20

четверг* – 9.55 – 10.20

на воздухе пятница** - 11.05 – 11.30

Старшая группа №4

Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду: Старшая группа. - М.:

№п.п	Сентябрь 2022	
	№ занятия дата	Литература
1	№2* 01.09	Стр. 17
2	№3** 02.09	Стр.17-19
3	№1 06.09	Стр. 16
4	№2* 08.09	Стр. 17
5	№3** 09.09	Стр.17-19
6	№4 13.09	Стр.19
7	№5* 15.09	Стр. 20
8	№6** 16.09	Стр. 20-21
9	№7 20.09	Стр. 21-22
10	№8* 22.09	Стр. 23
11	№9** 23.09	Стр. 24
12	№10 27.09	Стр. 24 - 25
13	№11* 29.09	Стр. 26
14	№12** 30.09	Стр. 26
	Октябрь 2022	
	№ занятия дата	Литература
1	№13 04.10	Стр. 28-29
2	№14* 06.10	Стр. 29
3	№15** 07.10	Стр. 29-30
4	№16 11.10	Стр. 30-32
5	№17* 13.10	Стр. 32
6	№18** 14.10	Стр. 32
7	№19 18.10	Стр. 33-34
8	№20* 20.10	Стр.34-35
9	№21** 21.10	Стр. 35
10	№22 25.10	Стр. 35-37
11	№23* 27.10	Стр. 37
12	№24** 28.10	Стр.37-38
	Ноябрь 2022	
	№ занятия дата	Литература
1	№25 01.11	Стр. 39
2	№26* 03.11	Стр. 41
3	№28 08.11	Стр. 42
4	№29* 10.11	Стр. 42-43
5	№30** 11.11	Стр. 43
6	№31 15.11	Стр. 44
7	№32* 17.11	Стр. 45
8	№33** 18.11	Стр. 45
9	№ 34 22.11	Стр. 46

10	№ 35* 24.11	Стр.47
11	№ 36** 25.11	Стр.47
12	№1 29.11	Стр.48-49
	Декабрь 2022	
	№ занятия дата	Литература
1	№2* 01.12	Стр.49-50
2	№3** 02.12	Стр. 50
3	№4 06.12	Стр. 51 - 52
4	№5* 08.12	Стр. 52
5	№6** 09.12	Стр. 52
6	№7 13.12	Стр. 53 - 54
7	№8* 15.12	Стр. 54
8	№9** 16.12	Стр. 54
9	№10 20.12	Стр. 55 - 56
10	№11* 22.12	Стр. 57
11	№12** 23.12	Стр. 57
12	№ 13 27.12	Стр. 59
13	№14* 29.12	Стр. 60
14	№15** 30.12	Стр. 61
	Январь 2023	
	№ занятия дата	Литература
1	№16 10.01	Стр. 61-62
2	№17* 12.01	Стр. 63
3	№18** 13.01	Стр. 63
4	№19 17.01	Стр. 63 - 64
5	№20* 19.01	Стр. 64
6	№21** 20.01	Стр. 65
7	№22 24.01	Стр. 65-66
8	№23* 26.01	Стр. 66
9	№24** 27.01	Стр. 66-67
10	№25 31.01	Стр. 68
	Февраль 2023	
	№ занятия дата	Литература
1	№26* 02.02	Стр.69
2	№27** 03.02	Стр. 69
3	№28 07.02	Стр. 70
4	№29* 09.02	Стр. 71
5	№30** 10.02	Стр. 71
6	№31 14.02	Стр. 71 -72
7	№32* 16.02	Стр. 72 - 73
8	№33** 17.02	Стр. 73
9	№34 21.02	Стр. 73
10	№35 28.02	Стр. 74

	Март 2023	
	№ занятия дата	Литература
1	№36* 02.03	Стр. 75
2	№3** 03.03	Стр. 78
3	№1 07.03	Стр. 76 - 77
4	№2* 09.03	Стр. 77-78
5	№3** 10.03	Стр. 78
6	№4 14.03	Стр. 79
7	№5* 16.03	Стр. 80
8	№6** 17.03	Стр. 80-81
9	№7 21.03	Стр. 81
10	№8* 23.03	Стр. 82
11	№9** 24.03	Стр. 83
12	№10 28.03	Стр.83-84
13	№11* 30.03	Стр. 84
14	№12** 31.03	Стр. 85
	Апрель 2023	
	№ занятия дата	Литература
1	№13 04.04	Стр. 86
2	№14* 06.04	Стр. 87
3	№15** 07.04	Стр. 87-88
4	№16 11.04	Стр. 88
5	№17* 13.04	Стр. 89
6	№18** 14.04	Стр. 89
7	№19 18.04	Стр. 89-91
8	№20* 20.04	Стр. 91
9	№21** 21.04	Стр. 91
10	№22 25.04	Стр. 91-93
11	№23* 27.04	Стр. 93
12	№24** 28.04	Стр. 93
	Май2023	
	№ занятия дата	Литература
1	№25 02.05	Стр. 94-95
2	№26* 04.05	Стр. 94-95
3	№27** 05.05	Стр. 96
4	№29* 11.05	Стр. 98 - 99
5	№30** 12.05	Стр. 98
6	№31 16.05	Стр. 98 - 99
7	№32* 18.05	Стр. 99
8	№33** 19.05	Стр. 99 - 100
9	№34 23.05	Стр. 100-101
10	№35* 25.05	Стр. 101
11	№36** 26.05	Стр. 101

12	№28 30.05	Стр.97
----	-----------	--------

Итого 110 занятий - 74 занятия в зале, 36 занятий на улице

Перспективный план
(организованная образовательная деятельность по физической культуре)
в зале вторник – 10.30 – 11.00
четверг* – 10.20 – 10.50
на воздухе пятница** - 11.40 – 12.10

Подготовительная группа №5

Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду: подготовительная группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 112с.

Сентябрь 2022		
	№ занятия дата	Литература
	№2* 01.09	Стр. 10
	№3** 02.09	Стр. 11
	№4 06.09	Стр. 11-12
	№5* 08.09	Стр. 13
	№6** 09.09	Стр. 14
	№7 13.09	Стр. 15
	№8* 15.09	Стр. 16
	№9** 16.09	Стр. 16
	№10 20.09	Стр. 16-17
	№11* 22.09	Стр. 18
	№12** 23.09	Стр. 18
	№1 27.09	Стр. 9-10
	№2* 29.09	Стр. 10
	№3** 30.09	Стр. 11
Октябрь 2022		
	№ занятия дата	Литература
1	№13 04.10	Стр. 20 - 21
2	№14* 06.10	Стр. 21 - 22
3	№15** 07.10	Стр. 22
4	№16 11.10	Стр. 22 - 23
5	№17* 13.10	Стр. 23 - 24
6	№18** 14.10	Стр. 24
7	№19 18.10	Стр. 24 - 25
8	№20* 20.10	Стр.26
9	№21** 21.10	Стр. 26 - 27
10	№22 25.10	Стр. 27 - 28
11	№23* 27.10	Стр. 28
12	№24** 28.10	Стр.28 - 29

	Ноябрь 2022	
	№ занятия дата	Литература
1	№25 01.11	Стр. 29 - 32
2	№26* 03.11	Стр. 32
3	№28 08.11	Стр.32-33
4	№29* 10.11	Стр. 34
5	№30** 11.11	Стр. 34
6	№31 15.11	Стр. 34-35
7	№32* 17.11	Стр. 36
8	№33** 18.11	Стр.36
9	№34 22.11	Стр. 37-38
10	№35* 24.11	Стр. 38-39
11	№36** 25.11	Стр. 39
12	№1 29.11	Стр. 40-41
	Декабрь 2022	
	№ занятия дата	Литература
1	№2* 01.12	Стр. 41
2	№3** 02.12	Стр. 41
3	№4 06.12	Стр. 42
4	№5* 08.12	Стр. 43
5	№6** 09.12	Стр. 43 - 44
6	№7 13.12	Стр. 45
7	№8* 15.12	Стр. 46
8	№9** 16.12	Стр. 46 - 47
9	№10 20.12	Стр. 47 - 48
10	№11* 22.12	Стр. 48
11	№12** 23.12	Стр. 48 - 49
12	№13 27.12	Стр.49
13	№14* 29.12	Стр. 51
14	№15** 30.12	Стр.51
	Январь 2023	
	№ занятия дата	Литература
1	№16 10.01	Стр.52
2	№17* 12.01	Стр.53-54
3	№18** 13.01	Стр.54
4	№19 17.01	Стр. 54-55
5	№20* 19.01	Стр. 56
6	№21** 20.01	Стр. 56
7	№22 24.01	Стр. 57
8	№23* 26.01	Стр. 58
9	№24** 27.02.	Стр. 58
10	№25 31.02	Стр. 59

Февраль 2023		
	№ занятия дата	Литература
1	№26* 02.02	Стр. 60
2	№27** 03.02	Стр. 60
3	№28 07.02	Стр. 61-62
4	№29* 09.02	Стр. 62
5	№30** 10.02	Стр. 62
6	№31 14.02	Стр. 63 - 64
7	№32* 16.02	Стр. 64
8	№33** 17.02	Стр. 64-65
9	№34 21.02	Стр. 65
10	№35* 28.02	Стр. 66
Март 2023		
	№ занятия дата	Литература
1	№35* 02.03	Стр. 66
2	№36** 03.03	Стр. 66
3	№1 07.03	Стр. 72
4	№2* 09.03	Стр. 73
5	№3** 10.03	Стр. 73 - 74
6	№4 14.03	Стр. 74-75
7	№5* 16.03	Стр. 74-75
8	№6** 17.03	Стр. 75 -76
9	№7 21.03	Стр. 76 - 78
10	№8* 23.03	Стр. 78
11	№9** 24.03	Стр. 78
12	№10 28.03	Стр. 79
13	№11* 30.03	Стр. 80
14	№12** 31.03	Стр. 80
Апрель 2023		
	№ занятия дата	Литература
1	№13 04.04	Стр. 81
2	№14* 06.04	Стр. 82
3	№15** 07.04	Стр. 82
4	№16 11.04	Стр. 83
5	№17* 13.04	Стр. 84
6	№18** 14.04	Стр. 84
7	№19 18.04	Стр. 84-85
8	№20* 20.04	Стр. 86
9	№21** 21.04	Стр. 86
10	№22 25.04	Стр. 87
11	№23* 27.04	Стр. 88
12	№24** 28.04	Стр. 88
Май 2023		

	№ занятия дата	Литература
1	№25 02.05	Стр. 88
2	№26* 04.05	Стр. 89-90
3	№27** 05.05	Стр. 90
4	№29* 11.05	Стр. 91
5	№30** 12.05	Стр. 92
6	№31 16.05	Стр. 92
7	№32* 18.05	Стр. 93
8	№33** 19.05	Стр. 93
9	№34 23.05	Стр. 95-96
10	№35* 25.05	Стр. 96
11	№36** 26.05	Стр. 96
12	№28 06.05	Стр. 90

Итого: 110 занятий 74 занятия в зале, 36 занятий на улице

Комплексы утренней гимнастики Младшая группа

Мес яц	Неделя	Номер комплекса	Стр.	Месяц	Неделя	Номер комплекса	Стр.
Сентябрь	1	Комплекс №1	6-7	Февраль	1	Комплекс №21	18-19
	2	Комплекс №2	7		2	Комплекс №22	19
	3	Комплекс №3	7-8		3	Комплекс №23	19
	4	Комплекс №4	8-9		4	Комплекс №24	19-20
Октябрь	1	Комплекс №5	9	Март	1	Комплекс №25	20
	2	Комплекс №6	9-10		2	Комплекс №26	20-21
	3	Комплекс №7	10-11		3	Комплекс №27	21
	4	Комплекс №8	11		4	Комплекс №28	21-22
	5	Комплекс №9	11-12	Апрель	1	Комплекс №29	22
Ноябрь	1	Комплекс №10	12		2	Комплекс №30	22-23
	2	Комплекс №11	12-13		3	Комплекс №31	23
	3	Комплекс №12	13		4	Комплекс №32	23-24
	4	Комплекс №13	14		5	Комплекс №32	23-24
Декабрь	1	Комплекс №14	14	Май	1	Комплекс №33	24
	2	Комплекс №15	15		2	Комплекс №34	24
	3	Комплекс №16	15-16		3	Комплекс №35	25
	4	Комплекс №17	16		4	Комплекс №36	25-26
Январь	1	Комплекс №18	16-17				
	2	Комплекс №19	17				
	3	Комплекс №20	17-18				

Средняя группа

Мес яц	Неделя	Номер комплекса	Стр.	Месяц	Неделя	Номер комплекса	Стр.
Сентябрь	1	Комплекс №1	33	Февраль	1	Комплекс №21	45
	2	Комплекс №2	34		2	Комплекс №22	46

	3	Комплекс №3	34-35		3	Комплекс №23	46-47
	4	Комплекс №4	35		4	Комплекс №24	47
Октябрь	1	Комплекс №5	35-36	Март	1	Комплекс №25	48
	2	Комплекс №6	36		2	Комплекс №26	48-49
	3	Комплекс №7	36-37		3	Комплекс №27	49
	4	Комплекс №8	37-38		4	Комплекс №28	49
	5	Комплекс №9	38-39				
Ноябрь	1	Комплекс №10	39	Апрель	1	Комплекс №29	50
	2	Комплекс №11	39-40		2	Комплекс №30	50-51
	3	Комплекс №12	40		3	Комплекс №31	51-52
	4	Комплекс №13	40-71		4	Комплекс №32	52
					5	Комплекс №32	52
Декабрь	1	Комплекс №14	41	Май	1	Комплекс №33	52-53
	2	Комплекс №15	42		2	Комплекс №34	53
	3	Комплекс №16	42-43		3	Комплекс №35	53-54
	4	Комплекс №17	43		4	Комплекс №36	54-55
Январь	1	Комплекс №18	43-44				
	2	Комплекс №19	44				
	3	Комплекс №20	44-45				

Старшая группа

Месяц	Неделя	Номер комплекса	Стр.	Месяц	Неделя	Номер комплекса	Стр.
Сентябрь	1	Комплекс №1	33	Февраль	1	Комплекс №21	45
	2	Комплекс №2	34		2	Комплекс №22	46
	3	Комплекс №3	34-35		3	Комплекс №23	46-47
	4	Комплекс №4	35		4	Комплекс №24	47
Октябрь	1	Комплекс №5	35-36	Март	1	Комплекс №25	48
	2	Комплекс №6	36		2	Комплекс №26	48-49
	3	Комплекс №7	36-37		3	Комплекс №27	49
	4	Комплекс №8	37-38		4	Комплекс №28	49
		5	Комплекс №9	38-39			
Ноябрь	1	Комплекс №10	39	Апрель	1	Комплекс №29	50
	2	Комплекс №11	39-40		2	Комплекс №30	50-51
	3	Комплекс №12	40		3	Комплекс №31	51-52
	4	Комплекс №13	40-41		4	Комплекс №32	52
					5	Комплекс №32	52
Декабрь	1	Комплекс №14	41	Май	1	Комплекс №33	52-53
	2	Комплекс №15	42		2	Комплекс №34	53
	3	Комплекс №16	42-43		3	Комплекс №35	53-54
	4	Комплекс №17	43		4	Комплекс №36	54-55
Январь	1	Комплекс №18	43-44				
	2	Комплекс №19	44				
	3	Комплекс №20	44				

Подготовительная группа

Месяц	Неделя	Номер комплекса	Стр.	Месяц	Неделя	Номер комплекса	Стр.
Сентябрь	1	Комплекс №1	95-96	Февраль	1	Комплекс №21	108-109
	2	Комплекс №2	96		2	Комплекс №22	109
	3	Комплекс №3	97		3	Комплекс №23	109-110
	4	Комплекс №4	97-98		4	Комплекс №24	110
Октябрь	1	Комплекс №5	98	Март	1	Комплекс №25	111
	2	Комплекс №6	98-99		2	Комплекс №26	111-112
	3	Комплекс №7	100		3	Комплекс №27	112-113
	4	Комплекс №8	100-101		4	Комплекс №28	113
	5	Комплекс №9	101	Апрель	1	Комплекс №29	113-114
Ноябрь	1	Комплекс №10	101-102		2	Комплекс №30	114
	2	Комплекс №11	102		3	Комплекс №31	114-115
	3	Комплекс №12	102-103		4	Комплекс №32	115
	4	Комплекс №13	103		5	Комплекс №32	115
Декабрь	1	Комплекс №14	104	Май	1	Комплекс №33	115-116
	2	Комплекс №15	104-105		2	Комплекс №34	116
	3	Комплекс №16	105-106		3	Комплекс №35	117
	4	Комплекс №17	106		4	Комплекс №36	117-118
Январь	1	Комплекс №18	106-107				
	2	Комплекс №19	107				
	3	Комплекс №20	107-108				

Лист изменений и дополнений

№ п/п	Содержание изменений, дополнения	Реквизиты документа