

на Педагогическом совете д/с  
от «29»\_августа\_2022 г.  
протокол №1

ПРИНЯТА: УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий д/с198



Заведующий  
д/с № 198  
*Е.Ю. Разумовская*

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Инструктора по физической культуре  
для детей дошкольного возраста.

на 2022-2023 уч. год

разработана на основе ООП ДО детского сада № 198 «Вишенка»  
АНО ДО «Планета детства «Лада»

Составила:  
Инструктор по физической культуре Куницына Н.В.

Тольятти 2022

## 1. Целевой раздел

### 1.1. Задачи реализации и планируемые результаты освоения Программы в соответствии с ФГОС ДО (обязательная и вариативная части).

ОО.	Задачи по ОО	Результаты освоения ООП ДО ДС	Оценочные материалы
<b>Обязательная часть</b>			
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ранний возраст:</b></li> <li>• Освоение различных видов движений</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.)</li> </ul>	Верещагина Н.В. Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка в группе детского сада.
	<p><b>Младшая группа</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Формировать и совершенствовать</i> умения и навыки в основных видах движений. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Учить ходить и бегать со свободными, координированными движениями рук и ног, не шаркая ногами, не опуская головы, изменять темп ходьбы и бега, энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением.</li> <li>• Принимать исходное положение, правильно приземляться в прыжках в длину и в высоту с места.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта;</li> <li>• сформированность основных видов движений;</li> <li>• развитость психофизических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости;</li> <li>• наличие личностных качеств: выдержки, настойчивости, решительности, смелости, организованности, инициативности, самостоятельности, творчества, фантазии;</li> </ul>	

- Учить принимать правильное исходное положение в метании предметов. Учить хвату за перекладину во время лазанья, лазать, не пропуская реек.

*Учить сохранять* правильную осанку в положениях сидя, стоя и в ходьбе, правильное положение туловища головы при выполнении упражнений в равновесии.

- *Развивать* глазомер, ловкость при выполнении упражнений, в подвижных играх.
- *Приучать действовать совместно*, в общем, для всех темпе. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
- *Закреплять умения ползать*, энергично отталкивать предметы при катании, бросании.
- *Продолжать учить ловить мяч* двумя руками.
- *Учить детей выполнять правила* в подвижных играх, развивать интерес к ним, воспитывать желание заниматься физическими упражнениями. Учить ходить и бегать со свободными, координированными движениями рук и ног, не шаркая ногами, не опуская головы, изменять темп

- способность самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения;
- сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни, восприятия здорового образа жизни как ценности.

ходьбы и бега, энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках

### **Средняя группа**

- *Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки.*
- *Формировать правильную осанку.*  
Закреплять умения ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног, ползать, пролезать, подлезать, перелезть, энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках, ориентироваться в пространстве.
- *Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.*
- Закреплять умения принимать правильное исходное положение при метании, в прыжках в длину и высоту с места, сохранять равновесие.
- *Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево); в прыжках с места сочетать отталкивание с взмахом рук.*  
Учить детей прыгать через короткую скакатку; отбивать мяч о землю правой и левой рукой; бросать и ловить его кистями рук (не прижимая его к груди).
- *Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.*
- *Развивать физические качества: быстроту, выносливость.*

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры

- Развивать у детей умение быть организованными, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками, быть инициативными в подготовке и уборке мест занятий.

#### **Старшая группа**

- Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
- Формировать правильную осанку, умение выполнять движения осознанно, быстро, ловко, красиво.
- Закреплять умения детей легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.
- Учить детей бегать наперегонки, с преодолением препятствий, лазать по гимнастической стенке одноименным и разноименным способами, меняя темп.
- Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие с места, через длинную скакалку, сохранять равновесие.
- Учить ориентироваться в пространстве.

- Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести в ходьбе.
- Развивать физические качества: быстроту, ловкость, общую выносливость, морально-волевые качества: выдержку, настойчивость.
- Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования.
- Воспитывать справедливость, честность, дружелюбие, организованность, самостоятельность.
- Поддерживать интерес к различным видам спорта. Знакомить детей с историей Олимпийского движения

#### **Подготовительная группа**

*Формировать* у детей потребность в ежедневной активной двигательной деятельности.

*Воспитывать привычку* сохранять правильную осанку. Закреплять умение соблюдать в ходьбе и беге заданный темп, умения и навыки в спортивных играх и упражнениях, совершенствовать технику их выполнения.

*Совершенствовать* ходьбу, бег, прыжки, метание, добиваясь

естественности, легкости и точности выполнения движений.

*Учить* сочетать разбег с отталкиванием в прыжках в длину и в высоту, перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

*Развивать* глазомер, используя разные виды метания, катания.

*Добиваться* активного движения кисти руки при броске. Учить перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу.

*Развивать физические качества* — быстроту, ловкость, выносливость и силу во время выполнения упражнений.

*Совершенствовать* равновесие, координацию движений и ориентировку в пространстве.

*Воспитывать* морально-волевые качества: выдержку, настойчивость в достижении положительных

результатов, организованность, самостоятельность.

*Развивать* потребность самостоятельно организовывать подвижные игры.

*Учить* справедливо и честно оценивать в игре свое поведение и

	<p>поведение сверстников, проявлять дружескую взаимопомощь.</p> <p><i>Поддерживать</i> интерес к событиям спортивной жизни страны, Олимпийского движения.</p> <p><i>Научить следить</i> за состоянием спортивного инвентаря, спортивной формой.</p>		
<b>Вариативная часть</b>			
<i>Приоритетное направление</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• в когнитивной сфере: <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование представлений по содержанию программы в разном качестве (первоначальные, дифференцированные или обобщенные представления; -понятия);</li> </ul> </li> <li>• в эмоционально-чувственной сфере: <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование интереса к изучаемому материалу, общению с людьми разного возраста, пола, национальности, эмпатийные переживания;</li> </ul> </li> <li>• в поведенческой сфере: <ul style="list-style-type: none"> <li>- усвоение конкретных способов взаимодействия с другими людьми, умения отражать имеющиеся представления в разных видах деятельности.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.</li> </ul>	Педагогическая диагностика социально-коммуникативного развития Коломийченко Л.В.
<i>Региональный компонент</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Представления о признаках животных и растений родного края.</li> <li>• Представления о своеобразии погодных условий в разные сезоны.</li> <li>• Общие представления о некоторых традициях народной культуры.</li> </ul>	Диагностическая карта уровня эколого-краеведческого образования детей (авторы: <b>О.В.Каспарова, О.В.Щеповских,</b>



		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Элементарные представления о городе Ставрополе-на- Волге, об истории его возникновения.</li> <li>• Общие представления о народах, живущих в Среднем Поволжье (мордва, русские, чувашаи, татары).</li> </ul>	<b>В.Н.Гандина).</b>
--	--	--	----------------------

## **1.2. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики:**

### **Младшая группа**

В младшем дошкольном возрасте дети наиболее подвижны их движения хаотично и не координированы. Задача физического воспитания в этом возрасте - развить у детей интерес к процессу движения. Главным направлением работы является создание условий для творческого освоения эталонов движения детьми в различных ситуациях. Большинство занятий направлено на освоение основных движений: ходьба, бега, прыжков, лазания, ловли и броски мяча, равновесию. Основные движения тесно сочетаются с подвижными играми. Эффективным приемом является описание воображаемой ситуации, в которой задействован известный персонаж «Зайка серенький сидит». Широко используется в занятиях упражнения на подражания, птичка летает, зайчик скачет. Все это создает благоприятные условия для развития двигательных навыков и физических качеств.

При обучении детей младшего дошкольного возраста плаванию большое внимание уделяется начальному этапу формирования правильных навыков. Это связано с тем, что первоначально созданные и закреплённые, они не разрушаются полностью и впоследствии могут снова проявиться. Обучение каждому новому плавательному упражнению (движению) требует от ребёнка определённой готовности, поэтому оно сводится к игре. Эмоциональная насыщенность игры позволяет ребёнку активно двигаться в воде, помогает проявлять свои подражательные способности. Для освоения сложных плавательных упражнений подбираются такие игры, в которых ребёнок подготавливается к более сложным подвижным играм.

### **Средняя группа**

Этот возраст является периодом интенсивного роста и развития ребенка. В развитии основных движений детей происходят заметные качественные изменения: возрастает естественность и легкость их выполнения. На этом фоне особое внимание уделяется индивидуальным проявлением детей к окружающей их действительности.

Воспитывается устойчивый интерес к различным видам движений, к выполнению элементов выразительного образа двигательного действия. Формируются обобщенные представления о возможностях основного движения для включения его в различные виды деятельности.

Особое значение приобретают совместные сюжетно - ролевые игры. Они становятся в этом возрасте ведущим видом деятельности. На пятом году жизни ребенок быстро ориентируется в новых ситуациях, в состоянии выполнять ритмически согласованные простые движения, делает большие успехи в прыжках, метании и беге, пытается осваивать более сложные движения.

У детей 4-5 лет закрепляется умения и навыки плавания, приобретённые на занятиях в младшей группе. Упражнения в воде и игры

выполняются детьми на глубине 70 см. без поддержки взрослого. Детей среднего возраста учат выполнять упражнения сначала на суше, а затем повторяют их в воде.

Особенно важен показ упражнения в воде: дети воспринимают последовательность выполнения и понимают, что сделать его в воде вполне возможно. Краткое и доступное объяснение помогает ребёнку сознательно овладеть правильными движениями. В объяснении используются образные сравнения, так как мышление детей среднего возраста образное.

Образ должен быть понятен детям. Большое значение уделяется воспитанию у детей организованности и дисциплинированности. В обучении используются разнообразные игровые упражнения и игры.

### **Старшая группа**

В старшем дошкольном возрасте происходит дальнейший рост и развитие всех органов и физиологических систем. Завершается процесс формирования скелетной мускулатуры, увеличивается длина верхних и нижних конечностей, происходит окостенение позвоночника.

Детям шестого года жизни доступно овладение сложными видами движений, способами их выполнения, а также некоторыми элементами техники. Во время ходьбы у большинства детей наблюдаются согласованные движения рук и ног, уверенный широкий шаг и хорошая ориентировка в пространстве. На шестом году жизни у детей значительно улучшаются показатели ловкости. Они овладевают более сложными координационными движениями, быстро приспосабливаются к изменяющимся ситуациям, сохраняют устойчивое положение тела в различных вариантах игр и упражнений.

К шести годам дети владеют всеми способами катания, бросания и ловли, метания в цель и вдаль, совершенствуется техника выполнения ползания и лазания, бега, различных видов прыжков.

В группах детей старшего дошкольного возраста начинается новый этап в обучении плаванию: осваиваются умения и навыки определённых способов плавания, разучивается их техника. В старшей группе овладение техникой плавания предполагает использование подготовительных и подводящих упражнений, в том числе и на суше. Новые движения рук, ног, дыхания и их согласование сначала выполняется на суше, а затем переносятся в воду.

Дети продолжают разучивать скольжение на груди и на спине. В этом возрасте дети обращают больше внимания на качество движения рук и ног при плавании.

### **Подготовительная к школе группа**

К семи годам у детей увеличивается гибкость, возрастает амплитуда движений, отмечается высокая подвижность суставов за счет эластичности мышц и связок. Отмечается значительный прирост физической работоспособности и выносливости. В подготовительном возрасте дети способны достичь сравнительно высоких результатов в беге, прыжках, метании, бросании и ловле мяча, в лазанье, а также могут овладеть техникой простых элементов спортивных игр. Также отмечается значительный прирост физической работоспособности и выносливости. Дошкольники способны к продолжительной двигательной деятельности низкой и средней интенсивности.

В обучении детей плаванию ставятся иные задачи: освоение спортивных способов плавания; изучение техники движения кролем на груди и на спине. В процессе овладения новыми упражнениями детьми подготовительной группы используются следующие методические приёмы: показ упражнений, средства наглядности, разучивание упражнений, исправление ошибок, подвижные игры в воде, самооценка двигательных

действий, межличностные отношения между инструктором и ребёнком, игры на внимание и память, соревновательный эффект, контрольные задания.

- Индивидуальные характеристики особенностей развития детей (Приложение 1)

## 2. Содержательный раздел

### 2.1. Общие направления и содержание образовательной работы по образовательным областям (обязательная и вариативная части).

#### Реализация основных направлений работы (средние, старшие, подготовительные группы)

Направления образовательной работы	Методы и приемы	Формы организации образовательного процесса	Средства, технологии, используемые педагогом
Младшие группы № 6			
Реализация основных направлений работы по физическому развитию детей:	<p><u>Наглядные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);</li> <li>- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);</li> </ul> <p><u>Словесные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснения, пояснения, указания;</li> <li>- подача команд, распоряжений, сигналов;</li> <li>- к детям и поиск ответов;</li> <li>- образный сюжетный рассказ, беседа;</li> <li>- словесная инструкция.</li> </ul> <p>слушание музыкальных произведений</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• - Гимнастика.</li> <li>• -Закаливающие процедуры</li> <li>• - Подвижные игры, игры с элементами спорта, игры-соревнования.</li> <li>• - Игры-имитации,</li> <li>• -хороводные игры.</li> <li>• - Народные подвижные игры. - Пальчиковые игры.</li> <li>• -Спортивные упражнения.</li> <li>• - Разнообразная двигательная деятельность в центре двигательной активности</li> <li>- Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек</li> <li>•</li> </ul>	<p><i>Здоровьесберегающие технологии</i></p> <p>Использование интерактивной доски, приставки, мультимедийного оборудования, компьютеров и проч. информац. средств для повышения эффективности образовательного процесса. (с учетом возрастных особенностей и САНПин)</p> <p>Интерактивные технологии: выполнение заданий в паре, подгруппе</p> <p>Эколого- природные факторы: солнце, воздух, вода</p> <p>- Психогигиенические факторы (режим дня, занятий, сна, бодрствования, питания; -гигиена одежды, обуви, -уборка групповых комнат, зала, физкультурных снарядов и пособий)</p> <p>-Предметы и пособия для двигательной деятельности (мячи, кегли, скакалки, гимнастические палки и т. д.)</p>

<p><u>- Становление ценностей здорового образа жизни.</u></p> <p><u>- Физкультурные занятия и упражнения.</u></p>	<p><u>Практические:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;</li> <li>- выполнение упражнений в игровой форме;</li> <li>- выполнение упражнений в соревновательной форме;</li> <li>- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Физкультурное занятие</li> <li>• Утренняя гимнастика</li> <li>• Игра</li> <li>• Беседа</li> <li>• Рассказ</li> <li>• Чтение</li> <li>• Рассматривание</li> <li>• Спортивные и физкультурные досуги</li> <li>• Спортивные состязания</li> <li>• Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера</li> <li>• Проектная деятельность <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проблемная ситуация</li> </ul> </li> <li>• упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Нетрадиционное оборудование</li> <li>Мешочки для метания,</li> <li>Гантели,</li> <li>Флажки, косички,</li> <li>Разноцветные крышечки, «Бильбоке»</li> <li>Мягкие мячи</li> <li>Дорожки для профилактики плоскостопия</li> </ul>
---	---	---



<p>Реализация основных направлений работы по вариативной части программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Через двигательную деятельность знакомим детей:</li> <li>- с Волжским Автомобильным заводом, «Рассказы Светофорчика» - об истории автомобиля, дорожных знаках, правилах движения.</li> <li>- с красивой местностью по берегам Волги - Жигулевские горы.</li> <li>- с традициями народов Поволжья.</li> </ul>	<p><u>Наглядные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);</li> <li>- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);</li> </ul> <p><u>Словесные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснения, пояснения, указания;</li> <li>- подача команд, распоряжений, сигналов;</li> <li>- к детям и поиск ответов;</li> <li>- образный сюжетный рассказ, беседа;</li> <li>- словесная инструкция.</li> </ul> <p>слушание музыкальных произведений</p> <p><u>Практические:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;</li> <li>- выполнение упражнений в игровой форме;</li> <li>- выполнение упражнений в соревновательной форме;</li> <li>- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.</li> </ul>	<p><u>Игры:</u></p> <p>Игры народов Поволжья, «Лада на улицах нашего города», Красны девицы и добры молодцы путешествуют», «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «По реке Волге», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки», «У медведя во бору», «Фанты», «Коршун и цыплята», «Кошки-мышки», «Ручеек», «Золотые ворота», «Прорываты», «Обыкновенные жмурки», «Кривой петух», «Горелки», «Казачьи разбойники», «Два мороза» и другие.</p> <p>Спортивные игры: «Городки», «Светофоры», «Наша Лада», «Катание на лыжах», «Катание на санках» и др.</p> <p>Экскурсии, прогулки: Участие детей в целевых прогулках обеспечивает необходимую двигательную активность и способствует сохранению и укреплению здоровья дошкольников</p>	
Средние группы № 10			

Реализация основных направлений работы по физическому развитию детей:

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;
- 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.

- Физкультурное занятие

- Гимнастика.
- Закаливающие процедуры
- Подвижные игры, игры с элементами спорта, игры-соревнования.
- Игры-имитации, хороводные игры.
- Народные подвижные игры. - Пальчиковые игры.
- Спортивные упражнения.
- Разнообразная двигательная деятельность в центре двигательной активности.
- Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек.
- .

- Становление ценностей здорового образа жизни.





<p><u>Коррекционная работа</u></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• бег</li><li>• катание, бросание, ловля, метание</li><li>• ползание, лазанье</li><li>• прыжки</li><li>• групповые упражнения с переходами</li><li>• ритмическая гимнастика</li><li>• катание на санках.</li><li>• скольжение</li></ul> <p>катание на велосипеде</p> <ul style="list-style-type: none"><li>· Занятия коррекции по нарушению осанки</li><li>· Профилактика плоскостопия</li><li>· Дыхательная гимнастика</li><li>· Самомассаж</li></ul> <p>Минутки смеха</p> <ul style="list-style-type: none"><li>· психогимнастика</li></ul> <p>Релаксационные упражнения</p>		
------------------------------------	--	--	--

<p>Реализация основных направлений работы по вариативной части программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Через двигательную деятельность знакомим детей:</li> <li>- «Рассказы Светофорчика» - об истории автомобиля, дорожных знаках, правилах движения.</li> <li>- с красивой местностью по берегам Волги - Жигулевские горы.</li> <li>- с традициями народов Поволжья.</li> </ul>	<p><u>Наглядные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);</li> <li>- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);</li> </ul> <p><u>Словесные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснения, пояснения, указания;</li> <li>- подача команд, распоряжений, сигналов;</li> <li>- к детям и поиск ответов;</li> <li>- образный сюжетный рассказ, беседа;</li> <li>- словесная инструкция.</li> </ul> <p>слушание музыкальных произведений</p> <p><u>Практические:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;</li> <li>- выполнение упражнений в игровой форме;</li> <li>- выполнение упражнений в соревновательной форме;</li> <li>- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.</li> </ul>	<p>Игры:</p> <p>Игры народов Поволжья, «Гуси лебеди», «Жмурки», «Краски», «Ляпки», «Молчанка», «У медведя во бору», «Коршун и цыплята», «Кошки-мышки».</p> <p>Спортивные игры: «Городки», «Светофоры», «Наша Лада», «Катание на лыжах», «Катание на санках» и др.</p> <p>Экскурсии, прогулки: Участие детей в целевых прогулках обеспечивает необходимую двигательную активность и способствует сохранению и укреплению здоровья дошкольников</p>	
Старшие группы № 1, 12, 9			
<p>Реализация основных направлений работы по</p>	<p><u>Наглядные:</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· - Гимнастика.</li> </ul>	<p><i>Здоровьесберегающие технологии</i> Использование интерактивной доски,</p>

<p>физическому развитию детей:</p> <p><i>- Становление ценностей здорового образа жизни.</i></p>	<p>- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);</p> <p>- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);</p> <p><u>Словесные:</u></p> <p>- объяснения, пояснения, указания;</p> <p>- подача команд, распоряжений, сигналов;</p> <p>- к детям и поиск ответов;</p> <p>- образный сюжетный рассказ, беседа;</p> <p>- словесная инструкция.</p> <p>слушание музыкальных произведений</p> <p><u>Практические:</u></p> <p>- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;</p> <p>- выполнение упражнений в игровой форме;</p> <p>- выполнение упражнений в соревновательной форме;</p> <p>- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Физкультурное занятие</li> <li>• Утренняя гимнастика</li> <li>• Игра</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• -Закаливающие процедуры</li> <li>• - Подвижные игры, игры с элементами спорта, игры-соревнования.</li> <li>• - Игры-имитации,</li> <li>• -хороводные игры.</li> <li>• - Народные подвижные игры. - Пальчиковые игры.</li> <li>• -Спортивные упражнения.</li> <li>• - Разнообразная двигательная деятельность в центре двигательной активности</li> <li>- Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек</li> </ul>	<p>приставки, мультимедийного оборудования, компьютеров и проч. информац. средств для повышения эффективности образовательного процесса. (с учетом возрастных особенностей и САНПин)</p> <p>Интерактивные технологии: выполнение заданий в паре, подгруппе</p> <p>Эколого- природные факторы: солнце, воздух, вода</p> <p>- Психогигиенические факторы (режим дня, занятий, сна, бодрствования, питания);</p> <p>-гигиена одежды, обуви,</p> <p>-уборка групповых комнат, зала, физкультурных снарядов и пособий)</p> <p>-Предметы и пособия для двигательной деятельности (мячи, кегли, скакалки, гимнастические палки и т. д.)</p> <p>-Нетрадиционное оборудование</p> <p>Мешочки для метания,</p> <p>Гантели,</p> <p>Флажки, косички,</p> <p>Разноцветные крышечки, «Бильбоке»</p> <p>Мягкие мячи</p> <p>Дорожки для профилактики плоскостопия</p>
--	--	--	---



<p><u>Коррекционная работа</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание, лазанье</li> <li>• прыжки</li> <li>• групповые упражнения с переходами</li> <li>• ритмическая гимнастика</li> <li>• катание на санках.</li> <li>• скольжение</li> </ul> <p>катание на велосипеде</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Занятия коррекции по нарушению осанки</li> <li>• Профилактика плоскостопия</li> <li>• Дыхательная гимнастика</li> <li>• Самомассаж</li> </ul> <p>Минутки смеха</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• психогимнастика</li> </ul> <p>Релаксационные упражнения</p>		
<p>Реализация основных направлений работы по вариативной части программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Через двигательную деятельность знакомим детей:</li> <li>- с Волжским Автомобильным заводом, «Рассказы Светофорчика» - об истории автомобиля, дорожных знаках, правилах движения.</li> <li>- с красивой</li> </ul>	<p><u>Наглядные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);</li> <li>- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);</li> </ul> <p><u>Словесные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснения, пояснения, указания;</li> <li>- подача команд, распоряжений, сигналов;</li> <li>- к детям и поиск ответов;</li> </ul>	<p>Игры:</p> <p>Игры народов Поволжья, «Лада на улицах нашего города», Красны девицы и добры молодцы путешествуют», «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «По реке Волге», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки», «У медведя во бору», «Фанты», «Коршун и цыплята», «Кошки-мышки», «Ручеек», «Золотые ворота», «Прорываты», «Обыкновенные жмурки», «Кривой петух», «Горелки», «Казачки-</p>	

<p>местностью по берегам Волги - Жигулевские горы. - с традициями народов Поволжья.-</p>	<p>- образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция. слушание музыкальных произведений</p> <p><u>Практические:</u></p> <p>- 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.</p>	<p>разбойники», «Два мороза» и другие. Спортивные игры: «Городки», «Светофоры», «Наша Лада», «Катание на лыжах», «Катание на санках» и др. Экскурсии, прогулки: Участие детей в целевых прогулках обеспечивает необходимую двигательную активность и способствует сохранению и укреплению здоровья дошкольников</p>	
<p>Подготовительные группы № 8, 5, 11,13</p>			
<p>Реализация основных направлений работы по физическому развитию детей:</p>	<p><u>Наглядные:</u></p> <p>- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры); - тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);</p> <p><u>Словесные:</u></p> <p>- объяснения, пояснения, указания; - подача команд, распоряжений, сигналов; - к детям и поиск ответов;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· - Гимнастика.</li> <li>· -Закаливающие процедуры</li> <li>· - Подвижные игры, игры с элементами спорта, игры-соревнования.</li> <li>· - Игры-имитации,</li> <li>· -хороводные игры.</li> <li>· - Народные подвижные игры. - Пальчиковые игры.</li> <li>· -Спортивные упражнения.</li> <li>· - Разнообразная двигательная деятельность в центре двигательной активности</li> <li>· - Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек</li> </ul>	<p><i>Здоровьесберегающие технологии</i></p> <p>Использование интерактивной доски, приставки, мультимедийного оборудования, компьютеров и проч. информац. средств для повышения эффективности образовательного процесса. (с учетом возрастных особенностей и САНПин)</p> <p>Интерактивные технологии: выполнение заданий в паре, подгруппе</p> <p>Эколого- природные факторы: солнце, воздух, вода</p> <p>- Психогигиенические факторы (режим дня, занятий, сна, бодрствования, питания; -гигиена одежды, обуви, -уборка групповых комнат, зала, физкультурных снарядов и пособий)</p>

<p>- <u>Становление ценностей здорового образа жизни.</u></p> <p>- <u>Физкультурные занятия и упражнения.</u></p>	<p>- образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция. слушание музыкальных произведений</p> <p><u>Практические:</u></p> <p>- 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.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Физкультурное занятие</li> <li>• Утренняя гимнастика</li> <li>• Игра</li> <li>• Беседа</li> <li>• Рассказ</li> <li>• Чтение</li> <li>• Рассматривание</li> <li>• Спортивные и физкультурные досуги</li> <li>• Спортивные состязания</li> <li>• Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера</li> <li>• Проектная деятельность</li> <li>• Проблемная ситуация</li> </ul>	<p>-Предметы и пособия для двигательной деятельности (мячи, кегли, скакалки, гимнастические палки и т. д.) -Нетрадиционное оборудование Мешочки для метания, Гантели, Флажки, косички, Разноцветные крышечки, «Бильбоке» Мягкие мячи Дорожки для профилактики плоскостопия</p>
---	--	--





	Минутки смеха · психогимнастика Релаксационные упражнения		
Реализация основных направлений работы по вариативной части программы: - Через двигательную деятельность знакомим детей: - с Волжским Автомобильным заводом, «Рассказы Светофорчика» - об истории автомобиля, дорожных знаках, правилах движения. - с красивой местностью по берегам Волги - Жигулевские горы. - с традициями народов Поволжья. -	<u>Наглядные:</u> - наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры); - тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора); <u>Словесные:</u> - объяснения, пояснения, указания; - подача команд, распоряжений, сигналов; - к детям и поиск ответов; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция. слушание музыкальных произведений <u>Практические:</u> - 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.	Игры: Игры народов Поволжья, «Лада на улицах нашего города», Красны девицы и добры молодцы путешествуют», «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «По реке Волге», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки», «У медведя во бору», «Фанты», «Коршун и цыплята», «Кошки-мышки», «Ручеек», «Золотые ворота», «Прорываты», «Обыкновенные жмурки», «Кривой петух», «Горелки», «Казачьи разбойники», «Два мороза» и другие. Спортивные игры: «Городки», «Светофоры», «Наша Лада», «Катание на лыжах», «Катание на санках» и др. Экскурсии, прогулки: Участие детей в целевых прогулках обеспечивает необходимую двигательную активность и способствует сохранению и укреплению здоровья дошкольников	

## 2.2. Описание образовательной деятельности, вариативных форм и способов реализации Программы.

### • Модель образовательной деятельности на неделю

Формы организации образовательной деятельности	Детская деятельность // Образовательная область, направление	Количество	День недели				
			понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Занятия	Младшие группы №6 Двигательная деятельность// физическое и познавательное развитие	3		6	6		6
	Средние группы №10 Двигательная деятельность// физическое и познавательное развитие	3		10		10	10
	Старшие группы №1,12,9 Двигательная деятельность// физическое и познавательное развитие	3	1,9,12	1,12	9	1,9	12
	Подготовительные группы №8,5 Двигательная деятельность// физическое и познавательное развитие	3	1,5		5,13	1,13	1,5,13
<b>Совместная деятельность в режиме дня:</b>							
Утренняя гимнастика	Двигательная деятельность// физическое	ежедневно	1,6,10,8	1,6,10,8	1,6,10,8	1,6,10,8	1,6,10,8
Спортивный досуг							2 неделя – мл. и ср. гр. 4 неделя – ст. и подг. гр.
Гимнастика побудка		ежедневно	*	*	*	*	*
<b>Самостоятельная деятельность:</b> - в двигательном центре активности - на прогулке		ежедневно	*	*	*	*	*

\* проводит воспитатель (занятие на воздухе: создание условий для самостоятельной деятельности в двигательном центре)

### • Модель образовательной деятельности на учебный год

Перспективное комплексно-тематическое планирование работы ДС на уч.год

(тематические недели, утвержденные ООП ДО ДС)

	Период	Тема	Примечание
Сентяб	1 неделя	«День знаний»	День знаний
	2 неделя		Детский сад
	3 неделя	«Гуляет осень по дорожкам, протягивает нам свои ладошки»	Осень наступила...
	4 неделя		Правильно питайся – здоровья набирайся!
Октябрь	1 неделя	«Осенняя ярмарка»	Мир животных (домашние и дикие животные)
	2 неделя		Мир растений
	3 неделя	«Осенняя ярмарка»	В каждом рисунке – осень (художественно-эстетическое развитие)
	4 неделя		Мой город
	5 неделя		Моя страна
Ноябрь	1 неделя	Государственные праздники «День народного единства»	День народного единства
	2 неделя	«Детский сад, детский сад, почему так говорят?»	Игрушки
	3 неделя		Все профессии важны...
	4 неделя		Нет на свете лучше мамочки моей! (День матери)
Декабр	1 неделя	«Как стать волшебниками»	Волшебство этикета
	2 неделя		Зимние приключения
	3 неделя		С днем рождения, детский сад!
	4 неделя		Новогодние путешествия
Январь	1 неделя	Каникулы	
	2 неделя	Каникулы	
	3 неделя	«Зимушка – зима»	Зимующие птицы
	4 неделя		Деревья нашего края
	5 неделя	«Дружная семейка»	Дом, жилище
Февраль	1 неделя		День доброты
	2 неделя		Безопасный город
	3 неделя		День защитника Отечества
	4 неделя	Земля – наш общий дом	
М	1 неделя	«Весна открывает двери теплу»	Мамина неделя (праздник 8 марта)
	2 неделя		Перелетные птицы

	3 неделя		Огород на подоконнике
	4 неделя		Воздух и вода
Апрель	1 неделя	«Театральная неделя» (День театра)	Театр начинается с...
	2 неделя	Государственные праздники «День космонавтики»	Люди тянутся к звездам...
	3 неделя	«Будем здоровыми!» (День здоровья)	Будь здоров! Всегда здоров!
	4 неделя		Семейные рецепты здоровья
	5 неделя	Государственные праздники «Праздник Весны и Труда»	Праздник Весны и Труда
Май	1 неделя	Государственные праздники «День Победы»	Этих дней не смолкнет слава!
	2 неделя	«Незаметные соседи»	Как стать природе другом.
	3 неделя	«Приди, приди, лето красное!»	Мир вокруг нас
	4 неделя		Вот оно какое наше лето!

**Комплексно-тематическое планирование тематической недели (Приложение 3)**

**Комплекс утренней гимнастики Для детей 3-4 лет.**

**Сентябрь. Комплекс № 1. Без предмета**

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	Игра «Идите ко мне» - ходьба группой в одном направлении. Легкий бег врассыпную – полетели как воробышки Построение в круг с помощью воспитателя	2 мин.
2	И.п. Стать прямо, ноги слегка расставить, руки за спиной. После слов «Где же ваши руки» Дети вытягивают руки вперед и говорят: «Вот наши руки».	5 раз

3	И.п. Стать прямо ноги слегка расставить, руки за спиной. На слова воспитателя «Спрятали ножки» - дети приседают, руками обхватывают ноги. После слов : «Где ваши ноги» - дети выпрямляются, топают ногами на месте, говорят «Вот наши ноги»	5раз
4	И.п. И.п. Стать прямо ноги слегка расставить, руки на поясе. Непрерывные полуприседания на слегка согнутых ногах	6раз
5	Легкий бег на носочках. Ходьба стайкой за воспитателем вокруг зала.	2мин.

### Сентябрь. Комплекс № 2. Без предмета

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	Ходьба стайкой в одном направлении, за воспитателем Легкий бег врассыпную – «Птички летят» Построение в круг с помощью воспитателя	2 мин.

2	И.п. Стать прямо, ноги слегка расставить, руки вдоль туловища. «Птички машут крыльями» - поднять руки в стороны до уровня плеч, опустить, сказать: «Чик – чирик»	6 раз
3	И.п. Сесть на пол, ноги скрестить, руки на поясе. Повернуться вправо (влево), вернуться в исходное положение.	6 раз
4	И.п. Стать прямо, ноги слегка расставить, руки за спиной. «Птицы клюют» . Наклониться вперед- вниз и постучать пальцами по коленям, сказать «Клюю, клюю», вернуться в исходное положение	5-6 раз
5	И.п. Наклониться вперед- вниз и постучать пальцами по коленям, сказать «Клю- клю», вернуться в исходное положение	5 - 6 раз
6	И.п. Стать прямо, ноги вместе, руки опущены. «Птички прыгают» - прыгать легко на двух ногах .Птички летают – бегать в свободном направлении. Ходьба стайкой за воспитателем.	2 мин.

### Октябрь Комплекс № 3. Без предмета

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	Построение врассыпную. Ходьба и бег стайкой. Построение в круг	2 мин.
	«Веселые руки» И.п.Ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднять ладони	

	вперед, повертеть ладонями, опустить.	
2	«Веселые ноги» И.п. сидя на полу, ноги в стороны, руки внизу. Наклониться вперед, дотронуться до носков. Выпрямиться.	5 раз
3	«Веселые ноги» И.п.сидя на полу, ноги в стороны, руки внизу. Наклониться вперед.	6 раз
4	«Барабанчики» И.п.- сидя на полу, руки в упоре сзади, ноги согнуты. Стучать стопами по полу	6 раз
5	Бег стайкой за воспитателем, ходьба стайкой	

#### Октябрь Комплекс № 4. С флажками

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	Построение в колонну друг за другом. Ходьба в колонне по зрительным ориентирам. Ходьба на носках. Бег в колонне друг за другом. Ходьба, дети берут флажки.	2 мин.
2	« Переложил флажок»И.п.Ноги слегка расставлены, руки с флажком внизу. Поднять руки вверх, помахать флажком, опустить руки вниз.	6 раз
3	«Постучи флажком» И.п. сидя на полу, ноги в стороны, руки с флажком перед собой. Наклониться вперед. Постучать флажками по носочкам, сказать тук – тук, выпрямиться	6 раз

4	«Положи флажок» И.п. Ноги слегка расставлены, руки с флажком внизу. Присесть, положить флажок, выпрямиться. Присесть, взять флажок, выпрямиться .	3 раза
5	«Прыжки с флажком» Прыгать на двух ногах, махая флажком , вверх, вниз.	
6	Ходьба с флажком.	

### Ноябрь Комплекс № 5. «Музыкальные игрушки»

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	Построение в колонну по одному. Ходьба в колонне друг за другом по зрительным ориентирам. Чередование бега в рассыпную с бегом в обусловленное место, по сигналу. Ходьба по кругу, остановиться и повернуться лицом в круг	2 мин.
2	«Погремушки» И.п. – ноги слегка расставлены, руки внизу за спиной. Руки сжать в кулаки, поднятие их вверх	6 раз
3	«Барабан» И.п. Ноги на ширине плеч, руки внизу. Наклониться, постучать указательным пальцем по коленям, сказать «бум-бум», выпрямиться.	6 раз
4	«Дудочка» И.п. ноги слегка расставлены, руки внизу. Подняться на носки, поднести руки ко рту и сказать «ду-ду – ду». Встать на полную ступню,	5 раз



	опустить руки	
5	Перестроение из круга, ходьба друг за другом. Бег друг за другом. «Потягушечки» - упражнение на восстановление дыхания.	браз

### Ноябрь Комплекс №6. С погремушками

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	Построение и ходьба друг за другом с остановками на сигнал «Стоп». Бег друг за другом. Дать каждому ребенку по 2 погремушки	2 мин.
2	И.п. Стать прямо, ноги слегка расставить, руки опустить. Качание рук вперед-назад	6 раз
3	И.п. Стать прямо, ноги слегка расставить, руки опустить. На слова воспитателя: «Покажите погремушки» - дети вытягивают руки вперед – в стороны, говорят: «Вот». На слова воспитателя ! Спрячем погремушки» - прячут погремушки за спину»	6 раз
4	И.п. Стать прямо, ноги слегка расставить, руки опустить. Присесть, постучать погремушкой о пол, сказать «Тук-тук», выпрямиться	6 раз
5	И.п. Стать прямо, ноги слегка расставлены. Подпрыгивание на месте на двух ногах, трясти погремушками.	5 - 6 раз

6	Легкий бег. Упражнение на восстановление дыхания.	1 мин.
---	---	--------

**Декабрь Комплекс №7. Без предметов**

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1.	Построение в колонну по одному. Ходьба в колонне, держась за веревочку. Бег в колонне, держась за веревочку.	2 мин.
2.	«Погреем руки» И.п. Ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднять согнутые руки, хлопнуть перед грудью, сказать «Хлоп», опустить вниз.	6 раз
3.	«Погреем ноги» И.п. – ноги слегка расставлены, руки внизу. Наклониться, похлопать по коленям, сказать «Хлоп», выпрямиться.	6 раз
4.	«Снежки» И.п. Стать прямо, ноги слегка расставить, руки на поясе. Наклонится вперед-вниз, сгибая колени, сказать «Бом», вернуться в исходное положение.	5 раз
5.	Подпрыгивание на месте и бег в прямом направлении Упражнение «Потягушки» на восстановление дыхания.	1,5 мин.

**Декабрь Комплекс №8 С мячом**

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1.	Построение в колонну друг за другом. Ходьба в колонне. Бег в колонне со	2 мин.

	сменой направления «За красным и синим флажком». Ходьба, дети берут мячи.	
2.	«Подними мяч» И.п. – Ноги слегка расставить, мяч в обеих руках. Поднять мяч вверх, опустить.	5 раз
3.	«Положи мяч» И.п. Сидя, ноги в стороны, руки с мячом внизу. Наклониться, положить мяч, выпрямиться. Наклониться, взять мяч, вернуться в и.п.	6 раз
4.	«Приседания» И.п. Ноги слегка расставлены, Руки с мячом внизу. Присесть, положить мяч на пол между ног, выпрямиться, присесть, взять мяч.	По 3 раза
5.	«Зайчики». Прыжки на двух ногах вокруг мяча	2 раза по 6 прыжков
6.	<del>Перестроение из круга, положить мячи в корзину, Ходьба, легкий бег на носочках</del>	

### Январь Комплекс №9 Без предметов

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1.	«Едем на автобусе» Построение в колонну по одному. Ходьба в колонне друг за другом топающим шагом. Бег в колонне. Ходьба, построение в круг.	2 мин.
2.	И.п. Стать прямо. Ноги слегка расставить, руки вдоль туловища. Качания е рук вперед-назад	6 раз
3.	И.п. Стать прямо. Ноги слегка расставить, руки на поясе. Повороты туловища	По 3 раза

	вправо - влево	
4.	И.п. Стать прямо. Ноги слегка расставить, руки на поясе.. Присесть, руки вперед, сказать «Бух», встать	5 раз
5.	И.п. Лечь на спину, руки вдоль туловища. Подтянуть ноги к туловищу, скользя ступнями по полу, вернуться в и.п.	6 раз
6.	Подпрыгивание на месте и бег в прямом направлении.	1, 5 мин

#### Февраль Комплекс №10 С лентами

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1.	Построение в шеренгу, в колонну. Перестроение из колонны в колонну по два. Ходьба на носках, подними колени «По глубокому снегу». Бег в колонне по два со сменой направления. Дети берут ленточки и перестраиваются в круг.	2 мин.
2.	«Салют» И.п. Ноги чуть расставлены, руки внизу. 1- руки поднять вверх, вдох, помахать. 2-опустить, выдох	6 раз
3.	«Покажем соседу» И.п. сидя на пятках, ленты в согнутых руках с боков.	По 3 раза
	Поворот право (влево) помахать и выпрямиться.	

4.	«Ладушки». И.п. Лежа на спине, руки в стороны. 1- поворот туловища вправо, левой ладонью коснуться правой руки 2 – и.п. 3-4 то же в другую сторону.	5 раз
5.	«Прыжки» на двух ногах, ленты через стороны вверх – вниз.	8 прыжков по 3 раза
6.	Ходьба друг за другом.	1, 5 мин

### Февраль Комплекс №11 Без предметов

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1.	Построение в колонну. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Ходьба парами на носках. Бег парами. Ходьба, выполняя дыхательные упражнения. Перестроение в круг.	2 мин.
2.	«Взмахи» И.п. Ноги чуть расставлены, руки внизу. Взмах рук вперед - назад. (приучать к большой амплитуде).	6 раз
3.	«Не ошибись». И.п. Лежа на спине, одна нога упор. Менять положение ног. Дыхание произвольное.	По 3 раза
4.	«Самолеты» И.п. Ноги на ширине плеч, руки в стороны. Наклоны вправо - влево	По 3 раза

5.	«Подпрыгивание» И.п. ноги слегка расставить, руки на пояс. Подпрыгивать на 2 –х ногах в чередовании с ходьбой.	По 8 прыжков 2 раза
6.	Ходьба врассыпную «Каждый по своей дорожке».	1, 5 мин

### Март Комплекс №12 Без предметов

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1.	Построение в колонну ходьба друг за другом. «Медведи» - ходьба на внешних сводах стопы. Бег врассыпную. Ходьба друг за другом «Найди свое место» Перестроение в круг.	2 мин.
2.	«Погреем руки на солнышке» И.п. ноги слегка расставить, руки за спину. Руки вперед, ладони вверх, вернуться в и.п.	6 раз
3.	«Ладони к пяткам» И.п Сидя, руки в упоре сзади Наклон вперед, ладони на пол, у пяток, смотреть на руки, вернуться в и.п.	5 раз
4.	«Топаем и хлопаем» И.п Сидя, руки в упоре сзади, голову приподнять. Согнув ноги потопать, выпрямить - похлопать в ладоши.	По 3 раза
5.	«Кошка выгибает спину» И.п. Стоя на коленях, голову приподнять. Опустить	5 раз

	голову, выгнуть спину дугой «Ш-Ш-Ш», вернуться в и.п.	
6.	«Зайчик» И.п. Ноги слегка расставить, руки согнуть в локтях с боков. Подпрыгивания и ходьба на месте.	По 10 прыжков 2 раза

### Март Комплекс №13 Со шнурочками

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1.	Ходьба друг за другом. Ходьба приставным шагом. Бег «змейкой». Ходьба, дети берут по шнурочку. Построение в круг.	2 мин.
2.	«Подними шнур» И.п. Ноги на ширине плеч. Держать шнур за концы внизу. Поднять шнур вверх, посмотреть на него, вернуться в и.п.	6 раз
3.	«Посмотри в сторону». И.п. Сидя, ноги скрестить, веревка на плечах, за По 3 раза головой. Поворот туловища вправо (влево)	
4.	«Положи веревочку» И.п. Ноги на ширине плеч, руки с веревочкой сверху. 4 раза наклониться, положить веревочку. Выпрямиться, руки на пояс, То же взять веревочку.	
5.	«Ручки, ножки вверх» И.п. Лежа на спине, руки со шнуром сверху над головой. 5 раз Поднять руки ноги вверх перед собой, зацепиться ногами за шнур, вернуться в и.п.	
6.	«Перепрыгивания» И.п. Веревочка на полу. Перепрыгивания через шнур.	По 8 прыжков

7	Ходьба друг за другом	1 мин.
---	-----------------------	--------

**Апрель Комплекс №14 Без предметов**

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1.	Построение в шеренгу, ходьба приставным шагом. Ходьба друг за другом с 2 мин. высоким подниманием колен. -«Цирковые лошадки» Бег в колонне друг за другом по сигналу – остановка.	
2.	«Птички» И.п. Ноги слегка расставить, руки за спину. Руки в стороны, помахать ими – крылья машут, опустить руки.	6 раз
3.	«Часы бьют» И.п. Ноги расставить широко, руки на поясе.. наклон вперед - 3 раза вниз, сказать «Бум» вернуться в и.п.	
4.	«Колобки» И.п. Лежа на спине, руками взять себя за подколенные ямки. По 5 раскачиваний	
	Раскачивание туловищем вперед – назад.	2 раза
5.	«Подпрыгивание» в чередовании с ходьбой	3 раза
6.	Ходьба друг за другом	1, 5 мин



**Апрель Комплекс №15 На стульчиках**

<b>№ упр.</b>	<b>Содержание комплекса</b>	<b>Дозировка упражнений</b>
1.	Ходьба обычная в колонне друг за другом.. Ходьба на носках. Бег змейкой между стульями.	2 мин.
2.	«Хлопушки» И.п. сидя на стульчике, ноги вместе, руки внизу. Руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, сказать «Хлоп»., опустить.	6 раз
3.	«Кто там» И.п. Сидя на стуле, лицом к спинке, держась за спинку руками. Наклонить туловище вправо (влево), Верн. в и.п.	По 3 раза
4.	«Ножки на стульчик» И.п. Лежа на спине, на полу, пятки на сиденье стула. Убрать ноги в стороны, положить на пол, Верн. в и.п.	5 раз
5.	«Воробушки» Прыжки с продвижением вперед, руки свободно	
6.	Ходьба друг за другом	1, 5 мин

**Май Комплекс №16 Без предметов**

<b>№ упр.</b>	<b>Содержание комплекса</b>	<b>Дозировка упражнений</b>
1.	Перестроение в шеренгу, колонну. Ходьба обычная по залу друг за другом с	2 мин.

	выполнением заданий для рук. Бег со сменой направления. Ходьба, построение в круг.	
2.	«Подросли! И.п. Ноги чуть расставлены. Подняться на носки, руки вверх, посмотреть вверх на руки.. вернуться в и.п.	браз
3.	«Руки в стороны». И.П. сидя ноги скрестить, руки в упоре сбоку. Руки в стороны, посмотреть на одну руку (другую), вернуться в и.п.	браз
4.	«Цветочек» И.п. присед, руками обнять себя. Медленно подняться, потянуться, вытянуть руки вверх (расцвел цветок», Верн. в и.п.	5 раз
5.	«Жуки проснулись» И.п.лежа на спине. Дети хаотично машут руками и ногами.	3 раза
6.	«Помашем и попрыгаем» И.п. Руки в стороны, дети прыгают на двух ногах и машут руками.	1, 5 мин
7	Ходьба друг за другом	

### Май Комплекс №17 С кубикам

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1.	Построение друг за другом. Ходьба по кругу со сменой ведущего. Бег в разных направлениях по сигналу. Построение в круг.	2 мин.

2.	«Постучи» И.п. Ноги на ширине плеч, руки с кубиками опущены. Поднять руки через стороны вверх, постучать кубиками, сказать «Тук – тук – тук», Верн. в и.п.	6 раз
3.	«Маятник!» И.п. ноги на ширине плеч, руки с кубиками в стороны. Повороты туловища вправо (влево)	По 3 раза
4.	«Потянись» И.п. сидя, ноги врозь, руки с кубиками опущены. Наклониться вперед, положить кубики, выпрямиться. Наклониться, взять кубики.	По 3 раза
5.	«Прыжки» И.П. ноги вместе, руки на поясе. Кубики на полу. Перепрыгивание через кубики	10 -15 раз
6.	Ходьба друг за другом, кубики убрать на место.	1, 5 мин

**КОМПЛЕКСЫ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ Для детей 5 - 6 лет.** И.п. - исходное положение Основная стойка для детей 5-6 лет - стоя пятки вместе, носки врозь.

**Комплекс № 1. Без предмета**

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	Ходьба в колонне по одному, на носках, руки на поясе; бег в колонне по одному; ходьба и бег враспынную; ходьба в колонне по одному.	2 мин.
2	<b>И. п.</b> - основная стойка, руки на поясе. 1 - руки в стороны; 2 - руки вверх, подняться на носки; 3 - руки в стороны; 4 - вернуться в исходное положение.	6 раз
3	<b>И. п.</b> - стойка ноги на ширине плеч, руки внизу. 1 - руки в стороны; 2 - наклон к правой (левой) ноге, коснуться пальцами рук носков ног; 3 - выпрямиться, руки в стороны 4 - в исходное положение.	6 раз
4	<b>И. п.</b> - основная стойка, руки на поясе. 1- 2 присесть руки вынести вперед; 3-4 вернуться в исходное положение.	5-6 раз

5	<p><b>И. п.</b> - основная стойка, руки вдоль туловища.</p> <p>1 - шаг вправо, руки в стороны;</p> <p>2 - наклон вправо (влево), правую руку вниз, левую вверх;</p> <p>3 выпрямиться, руки в стороны;</p> <p>4 - исходное положение.</p>	5 - 6 раз
6	<p><b>И. п.</b> - основная стойка, руки вдоль туловища.</p> <p>1 - правую ногу назад на носок, руки за голову;</p> <p>2 - исходное положение.</p>	6 - 7 раз
7	<p><b>И. п.</b> - основная стойка, руки на поясе.</p> <p>1 - прыжком ноги врозь, руки в стороны;</p> <p>2 - прыжком ноги вместе.</p> <p>Выполняется на счет 1 - 8 (или под музыкальное сопровождение).</p>	
8	Ходьба в колонне по одному.	

### Комплекс № 2. С гимнастической палкой

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	Игровое задание «Быстро возьми!». Дети образуют круг и по сигналу воспитателя идут, бег вокруг предметов (кубики), которых должно быть на один или два меньше, на сигнал «Быстро возьми!» каждый играющий должен взять кубик и поднять его над головой. Тот кто не успел взять предмет, считается проигравшим.	2 раза

2	<b>И. п.</b> - основная стойка, палка внизу. 1 - палку вперед, правую (левую) ногу назад на носок; 2 - вернуться в исходное положение	6 раз
3	<b>И. п.</b> - основная стойка, палка на груди 1 - присесть, палку вынести вперед; 2 - вернуться в исходное положение.	5 - 6 раз
4	<b>И. п.</b> - стойка ноги врозь, палка внизу. 1-2 - поворот туловища вправо (влево), руки прямые, колени не сгибать; 3-4 - вернуться в исходное положение.	6 раз
5	<b>И. п.</b> - сидя ноги врозь, палка на коленях. 1 - палку вверх; 2 - наклон вперед, коснуться носка правой (левой) ноги; 3 - выпрямиться, палку вверх; 4 - вернуться в исходное положение.	3 раза
6	<b>И. п.</b> - лежа на животе. Палка в согнутых руках перед собой. 1 - прогнуться, поднять палку вперед; 2 - вернуться в исходное положение.	5 - 6 раз
7	<b>И. п.</b> - основная стойка, палка внизу. 1 - прыжком ноги врозь, палку вверх; 2 - вернуться в исходное положение. На счет 1 - 8 повторить 2 - 3 раза.	

8 Ходьба в колонне по одному с палкой в руках.

**Комплекс № 3. С обручем**

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	Ходьба и бег в колонне по одному, перешагивая через шнуры (5-6 шт.), положенные на расстоянии 40 см один от другого.	
2	<b>И. п.</b> - основная стойка, обруч вниз. 1 - поднять обруч вперед; 2 - поднять обруч вверх;	4-5 раз
	3 - обруч вперед; 4 - вернуться в исходное положение.	
3	<b>И. п.</b> - стойка ноги на ширине плеч, обруч на груди, хват рук с боков. 1 - поворот туловища вправо (влево), обруч вправо, руки прямые; 2 - вернуться в исходное положение.	6 раз
4	<b>И. п.</b> - основная стойка, хват рук с боков, обруч на груди. 1 - присесть, обруч вынести вперед; 2 - вернуться в исходное положение.	5-6 раз
5	<b>И. п.</b> - стойка ноги на ширине плеч, обруч внизу. 1 - поднять обруч вверх;	5-6 раз

	2 - наклон вперед к правой (левой) ноге; 3 - выпрямиться обруч вверх; 4 - исходное положение.	
6	<b>И. п.</b> - основная стойка около обруча, руки произвольно Прыжки на двух ногах вокруг обруча в обе стороны в чередовании с небольшой паузой..	2-3 раза
7	Игра «Автомобиль»	

#### Комплекс № 4. С кубиком

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	Ходьба в колонне по одному с выполнением упражнений для рук по команде воспитателя - руки в сторону, за голову, на пояс; бег между предметами (кубики, кегли) змейкой.	
2	<b>И. п.</b> - стойка ноги на ширине ступни, кубик в правой руке. 1-2 - поднять руки через стороны вверх, переложить кубик в левую руку; 3-4 - исходное положение	6-7 раз
3	<b>И. п.</b> - стойка ноги врозь, кубик в правой руке. 1- руки в стороны; 2 - наклон вперед, положить кубик у носка левой ноги; 3 - выпрямиться, руки в стороны; 4- наклониться, взять кубик в левую руку.	



	То же левой рукой (4-6 раз).	
4	<b>И. п.</b> - стойка ноги на ширине ступни, кубик в правой руке. 1 - присесть, кубик вперед, переложить в левую руку; 2 - встать, кубик в левой руке	6-7 раз
5	<b>И. п.</b> - стойка в упоре на коленях, кубик в правой руке. 1 - поворот вправо, положить кубик у носков ног; 2 - выпрямиться, руки на пояс; 3 - поворот вправо, взять кубик; 4 - вернуться в исходное положение, переложить кубик в левую руку. То же влево (по 3 раза).	

**Комплекс № 5. С мячом**

<b>№ упр.</b>	<b>Содержание комплекса</b>	<b>Дозировка упражнений</b>
1	Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную.	
2	<b>И.п.</b> - стойка ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках внизу. 2 - мяч вверх, руки прямые; 3 - мяч на грудь; 4 - вернуться в исходное положение	6-8 раз
3	<b>И. п.</b> - стойка ноги врозь, мяч на груди. 1-3 - наклониться вперед и прокатить мяч от одной ноги к другой;	5-6 раз

	4 - исходное положение	
4	<b>И. п.</b> - стойка в упоре на коленях, мяч в согнутых руках внизу. 1-2 - садясь на пятки и поворачивая туловище вправо, коснуться мячом пола у правого носка; 3-4 - вернуться в исходное положение. То же влево (4-6 раз).	
5	<b>И. п.</b> - стойка ноги на ширине ступни, мяч внизу. 1 - присесть, мяч вынести вперед; 2 - исходное положение .	5-6 раз
6	<b>И.п.</b> - стойка ноги врозь, мяч в согнутых руках перед собой. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. Выполнение произвольное.	
7	<b>И. п.</b> - основная стойка перед мячом, руки вдоль туловища. Прыжки вокруг мяча в обе стороны на двух ногах, на правой и левой ноге попеременно в чередовании с небольшой паузой.	
8	Игра «Эхо».	

**Комплекс № 6. С флажками**

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
--------	----------------------	----------------------

1	Ходьба в колонне по одному; перешагивая через шнуры; бег, перешагивая через бруски (или кубики).	
2	<p><b>И. п.</b> - основная стойка, флажки внизу.</p> <p>1 - флажки в стороны;</p> <p>2 - вверх;</p> <p>3 - флажки в стороны;</p> <p>4 - в исходное положение</p>	6-7 раз
3	<p><b>И. п.</b> - основная стойка, флажки внизу.</p> <p>1 - шаг вправо, флажки в стороны;</p> <p>2 - наклон вперед, скрестить флажки;</p> <p>3 - выпрямиться, флажки в стороны;</p> <p>4 - в исходное положение.</p> <p>То же влево (6-7 раз).</p>	
4	<p><b>И. п.</b> - основная стойка, флажки у плеч.</p> <p>1-2 - присед, флажки вперед;</p> <p>3-4 - вернуться в исходное положение.</p>	5-7 раз
5	<p><b>И. п.</b> - основная стойка, флажки внизу.</p> <p>1 - флажки в стороны;</p> <p>2 - поднять правую ногу, коснуться палочками колена;</p> <p>3 - опустить ногу, флажки в стороны;</p> <p>4 - в исходное положение.</p>	

	То же левой ногой (6-7 раз).	
6	<b>И. п.</b> - основная стойка, флажки внизу. 1 - прыжком ноги врозь; 2 - прыжком в исходное положение; выполняется на счет 1-8.	2-3 раза
7	<b>И. п.</b> - основная стойка, флажки внизу. 1 - правую ногу назад на носок, флажки вверх; 2 - вернуться в исходное положение. То же левой ногой (6-7 раз).	
8	Ходьба в колонне по одному.	

**Комплекс № 7. «План препятствий»**

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	Ходьба по кругу в колонне по одному.	2 круга
2	По кругу расставили спортивный инвентарь, полоса препятствий: а. ходьба по гимнастической скамье; б. подлезание под дугой; в. ходьба по скакалке; г. перешагивание кубиков; д. подлезание под дугой; е. прыжки через обруч.	3 круга
3	Бег змейкой в медленном темпе.	1 минута
4	Ходьба по кругу. Восстанавливаем дыхание.	2 круга

**Комплекс № 8. Упражнения без предметов**

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	«Ушки» <b>И. п.:</b> стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе смотреть вперед 1 - наклон головы к правому плечу, плечи не поднимать 2 - вернуться в и. п. 3 - наклон головы к левому плечу, плечи не поднимать 4 - вернуться в и. п.	3 раза

2	<p>«Наклоны-пружинки»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя ноги на ширине плеч, руки опущены</p> <p>1- поднять руки вверх</p> <p>2-5 - пружинящие наклоны вперед, руки держать прямо, не опускать</p>	4 раза
	6 - вернуться в и. п.	
3	<p>«Струнка»</p> <p><b>И. п.:</b> основная стойка, руки на поясе</p> <p>1- подняться на носки вытянуться вверх - как струнка</p> <p>2 - вернуться в и. п.</p>	5 раз
4	<p>«Достань до пятки»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя ноги шире плеч, руки опущены, висят</p> <p>1 - прогибаясь назад, слегка согнув колени, стараться правой рукой дотянуться до пятки правой ноги</p> <p>2 - вернуться в и. п.</p> <p>3 - то же левой руки и ноги</p> <p>4 - вернуться в и. п.</p>	по 2 раза в каждую сторону
5	<p>«Лошадки»</p> <p><b>И. п.:</b> основная стойка, прямые руки впереди</p> <p>1 - поднять правую ногу, согнутую в колене, оттянув носок вниз, с одновременным махом обеих прямых рук назад</p> <p>2 - вернуться в и. п.</p> <p>3 - поднять левую ногу, согнутую в колене, оттянув носок вниз, с одновременным</p>	по 3 раза каждой ногой

	махом обеих прямых рук назад 4 - вернуться в и. п.	
6	«Подскоки» <b>И. п.:</b> ноги параллельно, руки на поясе 1-10 - подскоки на двух ногах Ходьба на месте с махами руками (марширование)	3 раза

## Комплекс № 9. «Путешествие по морю океану»

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
Вводная часть: «Идем на пристань»		
Ходьба по кругу (вперед-назад, на месте), скрестным шагом, задом-наперед, на носках, на пятках, по медвежьей (на внешней стороне стопы). Смена вида ходьбы - по сигналу бубна или хлопку в ладоши. Легкий бег (можно на месте).		
1	<p>«Где корабль?»</p> <p><b>И. п.:</b> основная стойка руки на поясе, смотреть вперед</p> <p>1 - поворот головы вправо</p> <p>2 - вернуться в и. п.</p> <p>3 - поворот головы влево</p> <p>4 - вернуться в и. п.</p>	3 раза в каждую сторону
2	<p>«Багаж»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены</p> <p>1 - кисти рук сжать в кулаки</p> <p>2 - обе руки поднять в стороны</p> <p>3 - руки опустит</p> <p>4 - вернуться в и. п.</p>	4 раза
3	<p>«Мачта»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены</p> <p>1-2 - левая рука на поясе; наклон в левую сторону; правая рука идет вверх</p> <p>3-4 - правая рука на поясе; наклон в правую сторону; левая рука идет вверх</p>	4-5 раз



4	<p>«Вверх-вниз»</p> <p><b>И. п.:</b> сидя на полу, руки согнуты, опора на локти</p> <p>1 - поднять обе ноги вверх</p> <p>2 - вернуться в и. п.</p>	4-5 раз
5	<p>«Волны бьются о борт корабля»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены</p> <p>1-2 - круговое движение выпрямленной правой рукой</p> <p>3-4 круговое движение выпрямленной правой рукой</p> <p>5 - вернуться в и. п.</p>	4 раза
6	<p>«Драим палубу»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены</p> <p>1-3 - наклон вперед; взмахи прямыми опущенными руками вправо-влево (стараясь достать руками до пола)</p> <p>4 - вернуться в и. п.</p>	4-5 раз

#### Комплекс № 10. С гимнастической палкой

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	<p>«Палку вверх»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги на ширине плеч, гимнастическая палка в руках (держать ее хватом ближе к концам) - опущена вниз.</p>	5 раз

	<p>1 - прямыми руками поднять палку вверх</p> <p>2 - опустить палку на плечи</p> <p>3 - прямыми руками поднять палку вверх</p> <p>4 - вернуться в и. п.</p>	
2	<p>«Наклоны вперед»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги шире плеч, руки с палкой опущены</p> <p>1 - наклон вперед, палку держать перед собой голову не опускать колени не сгибать</p> <p>2 - вернуться в и. п.</p>	5 раз
3	<p>«Повороты»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги шире плеч, руки с палкой впереди</p> <p>1 - поворот в правую сторону, палку не опускать, сказать «Вправо»</p> <p>2 - вернуться в и. п.</p> <p>3 - то же в левую сторону, сказать «Влево»</p> <p>4 - вернуться в и. п.</p>	по 3 раза в каждую сторону
4	<p>«Перешагивание»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги параллельно, руки с палкой внизу</p> <p>1 - держа палку как можно ближе к концам, перешагнуть через нее (не выпуская ее из рук) правой ногой; голову не опускать</p> <p>2 - вернуться в и. п.</p> <p>3 - держа палку как можно ближе к концам, перешагнуть через нее (не выпуская ее из рук) левой ногой; голову не опускать</p>	3 раза каждой ногой

	4 - вернуться в и. п	
5	<p>«Перепрыгивание»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги параллельно, руки на поясе, гимнастическая палка на полу</p> <p>1-10 - прыжки на двух ногах через палку (прыгнуть вперед, развернуться, вновь прыгнуть вперед, развернуться)</p> <p>Ходьба с махами руками (марширование)</p>	3 раза

### КОМПЛЕКСЫ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ Для детей 6-7 лет.

#### Комплекс № 1. Без снаряда

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	<p>«Расти, травушка»</p> <p><b>И. п.</b> - руки к плечам.</p> <p>1-2 - подтянулись на носки, руки вверх - вдох.</p> <p>3-4 - опустить руки и вернуться в И.п. - выдох</p>	3 - 5 раз
2	<p>«Грибок»</p> <p><b>И. п.</b> - глубокое приседание, руками обхватить колени</p> <p>1-2-3 - медленно выпрямляться, руки в сторону- вдох</p> <p>4 - вернуться в исходное положение - выдох</p>	6 - 8 раз
3	«Дровосек»	6 - 8 раз

	<p><b>И. п.</b> - ноги врозь, шире плеч, руки опущены и сцеплены в «замке»</p> <p>1-2 - не расцепляя пальцев, поднять руки вверх («замахнуться топором») - вдох</p> <p>3 - быстро наклониться вперед, руки вниз - выдох (произнести громко «ха»)</p> <p>4 - вернуться в исходное положение</p>	
4	<p><b>«Насос»</b></p> <p><b>И. п.</b> - ноги врозь</p> <p>1- сделать медленный наклон влево со скольжением рук по бокам: левой - книзу, правой - под мышку - выдох (воспроизвести шипение насоса)</p> <p>2 - вернуться в исходное положение - вдох</p> <p>3 - то же в другую сторону</p> <p>4 - снова вернуться в исходное положение</p>	4 - 5 раз
5	<p><b>«Вертолет»</b></p> <p><b>И. п.</b> - ноги врозь, руки в сторону</p> <p>1 - поворот налево</p> <p>2 - вернуться в исходное положение</p> <p>3-4 - то же направо. Дыхание свободное</p>	3 - 4 раз
6	<p><b>«Хлопушка»</b></p> <p><b>И. п.</b> - стоя руки в стороны. Сделать вдох</p> <p>1 - мах правой ногой вперед, хлопок под ней - выдох</p> <p>2 - принять исходное положение. То же - левой ногой</p>	4 - 5 раз каждой ногой

## Комплекс № 2. С обручем

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	<b>И. п.</b> - стоя прямо, обруч держим двумя руками за середину, расположив его горизонтально перед собой. Поднять его вверх; потянуться, опустить обруч через голову и туловище вниз на пол. Перешагнуть через обод назад и вернуться в исходное положение.	8 раз
2	<b>И. п.</b> - стоя прямо, держим обруч двумя руками за середину обода, перед собой горизонтально полу. Поднимаем его вверх и опускаем до плеч. Снова поднимаем его вверх и переводим в начальное положение перед собой.	8 раз
3	<b>И. п.</b> - стоя прямо, ноги на ширине плеч, обруч держим двумя руками за середину обода над головой. Поочередно наклоняем вправо и влево.	8 раз
4	<b>И. п.</b> - ноги на ширине плеч, обруч держим за середину обода перед собой на вытянутых руках (горизонтально полу). Поворачиваем туловище вправо и влево. Не меняя положения обруча.	6 - 8 раз
5	<b>И. п.</b> - стоя прямо ноги вместе, держим обруч за верхнюю часть обода вертикально перед собой. Начинаем вращать его на 360, прыгая через него, как через скакалку.	10 - 15 прыжков
6	<b>И. п.</b> - стоя прямо, держим обруч вертикально перед собой за середину обода, не касаясь им пола. Руки согнуты в локтях. Выполняем приседания, касаясь концом	8 раз

	обода пола.	
7	Выполняем 30 - 40 шагов на месте или с передвижением на полу, подбрасывая обруч перед собой и снова ловя его двумя руками за обод.	

**Комплекс № 3. Со скалкой**

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	<b>И. п.</b> - стоя, руки со сложенной скалкой опущены перед собой. Наклониться коснувшись пола; потом выпрямиться подняв руки вверх и в стороны, натягивая скалку, вернуться в исходное положение.	6 - 8 раз
2	<b>И. п.</b> - стойка - руки вперед и в стороны, держим перед собой сложенную вдвое скалку и поворачиваемся влево - вправо.	6 - 8 раз
3	<b>И. п.</b> - перекидываем сложенную вдвое скалку за спину, держа ее свободно за концы на уровне плеч. Делаем повороты туловища то в одну, то в другую сторону, при повороте вытягивая руки в стороны, натягивая скалку за спиной.	6 - 8 раз
4	<b>И. п.</b> - стоя свободно, держим скалку перед собой в опущенных руках. Поднимая руки вверх и разводя их в стороны наклоняемся, одновременно отводя назад то левую, то правую ногу.	8 раз
5	<b>И. п.</b> - то же. Поочередно делаем выпады то правой, то левой ногой, одновременно поднимая и разводя руки в стороны, натягивая скалку.	8 раз

6	Прыжки на носках. С каждым прыжком подбрасываем вверх скакалку, связанную перед тем в узелок, и ловим ее двумя руками.	8 раз
7	Прыжки через скакалку: двумя ногами вместе, потом - на правой и на левой ноге поочередно.	в течение 1 - 2 минут.

#### Комплекс № 4. С гимнастической палкой

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	<b>И. п.</b> - стоя прямо, палка в опущенных руках впереди. Поднимаем палку на грудь, потом вверх; тянемся, смотрим на палку; опять касаемся палкой груди и возвращаемся в исходное положение.	
2	<b>И. п.</b> - стоя, ноги вместе, палку держим перед собой двумя руками на ширине плеч. Наклоняясь, переступаем через палку левой, потом правой ногой; опустив один конец палки, возвращаемся в исходное положение.	8 раз
3	<b>И. п.</b> - стоя, ноги на ширине ступни гимнастическая палка за спиной, придерживаем ее руками, согнутыми в локтях. Делаем повороты вправо и влево.	8 раз
4	В том же положении (палка за спиной)	6 раз
5	<b>И. п.</b> - стоя, ноги на ширине плеч, палку держим в опущенных руках перед собой. Наклоняя туловище то вправо, то влево, поднимаем палку вверх за голову.	6 - 8 раз
6	<b>И. п.</b> - стоя боком к лежащей на полу гимнастической палке.	8 раз

<i>*Тест для проверки ловкости и быстроты.</i>		
1	Подбросить мяч вверх, успеть присесть, выпрямиться и поймать мяч двумя руками. Сколько же раз ребенку удалось поймать мяч? Запомните или запишите результат. Если через каждые 4 месяца упражнение будет выходить лучше, значит, он становится более ловким и быстрым.	
<i>*Тест для проверки силы мышц брюшного пресса.</i>		
2	В положении лежа на спине, руки вытянуты вдоль тела, медленно поднимаем прямые ноги вверх, делая при этом вдох, и на выдохе опускаем их. Сколько раз ребенку удалось выполнять упражнение? Запомните и запишите результат. Через каждые 4 месяца повторяйте тест. Чем больше раз тестируемый сможет	

### Комплекс № 5. Игровой (на свежем воздухе)

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	Ходьба в колонну по кругу.	1 мин.
2	Игра «Быстро по местам». Дети встают, где им нравится, запоминают, что находится рядом. По сигналу воспитателя бегут или идут врассыпную выполняя упражнения по выбору. Через определенное время по сигналу бегут на свое место.	2 мин.
3	Чья команда дальше допрыгнет. Дети делятся на две команды, выполняют прыжки на двух ногах в длину с	2 мин.



	продвижением вперед.	
4	Игра «Воробьи, ворона». Дети делятся на две команды: «воробьи», «вороны». Если воспитатель называет вороны: вороны догоняют воробьев, если называет во-ро-бьи, то воробьи догоняют ворон.	
5	Пальчиковая игра «Дружная семья». Это пальчик дедушка, это пальчик бабушка Это пальчик папа, это пальчик мама Это пальчик я, это вся моя семья	

#### Комплекс № 6. Тренировочный - план препятствий

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	Ходьба в колонну по кругу. По сигналу воспитателя меняем направления движения. Ходьба спиной вперед.	2 мин.
2	Полоса препятствий: 1. подлезание под дугой; 2. прыжки в обруч на двух ногах в длину; 3. ходьба по гимнастической скамейке; 4. лазание в туннеле; 5. перенос кубов.	2 круга в одну сторону; 2 круга в другую

**Комплекс № 7. На свежем воздухе в зимний период**

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	Ходьба по кругу в колонну по одному.	1 мин.
2	Общеразвивающие упражнения в движении: 1) работа рук вверх, вниз поочередно; 2) руки в сторону, поочередное сгибание в локтевом суставе; 3) приставные шаги с хлопком вправо и влево.	3 мин.
3	Имитация хождения на лыжах.	
4	В обратном направлении едем на коньках.	
5	Махи ногами - ударяем ногой мяч (футбол)	по 8 раз каждой ногой
6	Метание снежков в дерево	2 мин.
7	Оздоровительная пробежка вокруг детсада.	1 мин.

**Комплекс № 8. Упражнения без предметов**

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	«Сосна» <b>И. п.:</b> основная стойка, руки опущены. 1-2 - поднимаясь на носки, плавно поднять руки вверх, подтянуться, вдох. 2 - вернуться в и. п.	5 раз
	3-4 - плавно опустить руки вниз, выдох.	

2	<p>«Ветер»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги вместе, руки опущены.</p> <p>1 - поднять руки дугами вверх, хлопок над головой, вдох</p> <p>2-3 - наклон вниз. Приблизить голову к ногам, хлопок за ними, выдох</p> <p>4 - вернуться в и. п.</p>	4раза
3	<p>«Горка»</p> <p><b>И. п.:</b> лежа на полу, руки в сторону, ноги выпрямлены.</p> <p>1-2 - скользя ступнями ног на полу подтянуть их к ягодицам</p> <p>3-4 - вернуться в и. п.</p>	5раз
4	<p>«Маятник»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены</p> <p>1-2 - руки в стороны, вдох</p> <p>3-4 - наклон, не сгибая коленей; опущенными прямыми руками одновременно выполнять движение вперед-назад, выдох и и.п.</p>	6раз
5	<p>«Качалка»</p> <p><b>И. п.:</b> лежа на спине, ноги согнуты в коленях, руки вдоль тела</p> <p>1 - обхватить руками колени, голову наклонить</p> <p>2-3 - сделать несколько перекатов на спине вперед-назад</p> <p>4 - вернуться в и.п.</p>	3раза
6	<p>«На одной ножке»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги параллельно, руки на поясе</p>	3раза

1-5 - подскоки на правой ноге 6-10 - подскоки на левой ноге	
Ходьба на месте с махами рук (марширование).	

### Комплекс № 9. С детскими гантелями

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	<p>«Гантели вверх»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги на ширине плеч, гантели в опущенных руках.</p> <p>1 - поднять гантели прямыми руками через стороны вверх.</p> <p>2 - вернуться в и. п.</p>	5 раз
2	<p>«Наклоны вперед»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги шире плеч, руки с гантелями опущены</p> <p>1 - наклон вперед, гантели в прямых руках держать перед собой, голову не опускать, колени не сгибать</p> <p>2 - вернуться в и. п.</p>	5 раз
3	<p>«Повороты»</p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги шире плеч, руки с гантелями опущены</p> <p>1 - руки в стороны, поворот вправо. Гантели не опускать, сказать: «Вправо»</p> <p>2 - вернуться в и. п.</p> <p>3 - то же в левую сторону, сказать «Влево»</p>	по 3 раза в каждую сторону

	4 - вернуться в и. п.	
4	<p><b>«Маятник»</b></p> <p><b>И. п.:</b> стоя, ноги параллельно, гантели в руках внизу</p> <p>1-3 - руки в стороны, махи прямой ногой вперед-назад</p> <p>4 - вернуться в и. п.</p> <p>То же другой ногой</p>	по 3 раза каждой ногой
5	<p><b>«Вокруг»</b></p> <p><b>И. п.:</b> ноги параллельно, руки на поясе, гантели на полу</p> <p>1-10 - прыжки на двух ногах вокруг гантелей</p> <p>Ходьба с махами руками (марширование)</p>	3 раза

#### Комплекс № 10. Со скалкой

№ упр.	Содержание комплекса	Дозировка упражнений
1	<p><b>«Высоко»</b></p> <p><b>И. п.:</b> основная стойка, скакалка, сложенная вчетверо, впереди в опущенных руках.</p> <p>1 - поднять прямые руки вперед</p> <p>2 - руки вверх, подняться на носки, прогнуться, посмотреть на скакалку</p> <p>3 - вернуться в и. п.</p>	5 раз
2	<b>«Микрофон»</b>	по 4 раза в каждую

	<p><b>И. п.:</b> стоя, ноги на ширине плеч, сложенная вдвое скакалка на шее, держать скакалку за ручки</p> <p>1 - поворот туловища вправо, правую руку в сторону</p> <p>2- вернуться в и. п.</p> <p>3 - то же влево</p> <p>4 - вернуться в и. п.</p>	сторону
3	<p>«Лошадки»</p> <p><b>И. п.:</b> ступня правой ноги впереди на середине скакалки ручки натянутой скакалки в согнутых руках</p> <p>1-2 - руки вверх, правую ногу согнуть в колене - вверх</p>	по 4 раза каждой ногой
	<p>3-4 - вернуться в и. п.</p> <p>То же с другой ноги</p>	
4	<p>«Качели»</p> <p><b>И. п.:</b> сидя, ноги вперед, скакалку, сложенную вдвое зацепить за ступни и натянуть</p> <p>1-4 - наклон назад, ноги прямые вперед, покачаться</p> <p>5 - вернуться в и. п., пауза</p>	2-3 раза
5	<p>«Приседания»</p> <p><b>И. п.:</b> основная стойка, скакалка сложенная вдвое, в руках</p> <p>1 - скакалку вверх за плечами, вдох</p> <p>2 - присесть с прямой спиной, скакалку вперед выдох</p>	6 раз в медленном темпе

	3 - встать, скакалка за плечи, вдох 4 - вернуться в и.п.	
6	«Через скакалку» <b>И. п.:</b> основная стойка, скакалку держать сзади, за концы Прыжки на двух ногах на месте через вращающуюся скакалку	2 раза по 30 прыжков

### 2.3. Особенности образовательной деятельности через организацию разных видов культурных практик и традиций группы. Культурные практики

Культурная практика	виды деятельности	Содержание	Периодичность использования
<i>Младшая группа Детский спортивный досуг</i>			<i>Ежемесячно – третья пятница</i>
<i>Средние группы Спортивный квест</i>	...	....	<i>Ежемесячно – третья пятница</i>
<i>Старшие Спортивный час</i>	...	....	<i>Ежемесячно – четвертая пятница</i>
<i>Подготовительные Тим-билдинг клуб</i>			<i>Ежемесячно – четвертая пятница</i>

### Традиции группы

Традиция	Содержание	периодичность
Утро радостных встреч – все возрастные группы	<i>Беседа в начале каждого занятия с обменом впечатлениями о новом и интересном. Обсуждение предстоящих событий. Эта традиция позволяет обеспечить постепенное вхождение ребенка в совместную деятельность с педагогом, создает хорошее настроение, обеспечивает доброжелательное общение со сверстниками.</i>	<i>ежедневно</i>

### 2.4. Способы поддержки детской инициативы. Индивидуальные маршруты детей Способы поддержки детской инициативы

Образовательная область	Создание условий	Позиция педагога (приемы поддержки)
-------------------------	------------------	-------------------------------------

Физическое развитие.....	<p>Спортивный инвентарь и оборудование, в том числе изготовленное совместно с воспитанниками и семьями воспитанников (мешочки для метания, флажки, дорожки для профпоскостопия, мягкие мячи);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разнообразный дидактический материал.</li> <li>• Альбомы с детскими фотографиями на тему ЗОЖ;</li> <li>• Атрибуты для подвижных игр;</li> <li>• Дидактические игры на тему «Здоровье»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться.</li> <li>• Обучать детей правилам безопасности.</li> <li>• Создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере.</li> <li>• Использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.</li> <li>• Организовать предметно-пространственную среду для физического развития: <ul style="list-style-type: none"> <li>• - среда должна стимулировать физическую активность</li> <li>• детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм;</li> <li>• - в ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь</li> <li>• возможность использовать игровое и спортивное оборудование;</li> <li>• - игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики;</li> <li>• игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).</li> </ul> </li> </ul>
--------------------------	---	--

#### Индивидуальные маршруты детей (Приложение 4).

#### 2.5. Особенности взаимодействия с семьями обучающихся (план на учебный год)

Виды форм	Цель использования	Формы организации	Периодичность, сроки проведения
Наглядно-информационные	Ознакомление родителей с формами работы детского сада, особенностями воспитания детей по направлению.	<p>Информационные листы в родительском уголке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (тема, возрастная группа)</li> <li>- (тема, возрастная группа)</li> <li>- .....</li> </ul> <p>Видеоролики, презентации о жизни ДОО:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (тема, возрастная группа)</li> <li>- .....</li> </ul>	1 раз в месяц



Просветительские	Ознакомление родителей с возрастными и психолого-педагогическими особенностями развития детей	Консультация (Папка-раскладушка) .....	сентябрь
Практико-ориентированные	Формирование практических навыков воспитания детей. Оказание практической помощи семье.	Совместные досуговые мероприятия - (тема, возрастная группа) ....	1 раз в квартал

### **3. Организационный раздел**

**Распорядок и/или режим дня.**

Элементы режима	90 Длительность основных элементов режима II младшая группа 3 – 4 года				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Прием детей, осмотр, у/г, ОД в РМ, самостоятельная деятельность детей	6.30– 8.05	6.30– 8.05	6.30– 8.05	6.30– 8.05	6.30– 8.05
Подготовка к завтраку, ОД в РМ, самостоятельная деятельность	8.05 – 9.00	8.05 – 9.00.	8.05 – 9.00.	8.05 – 9.00.	8.05 – 9.00.
Завтрак	8.15-8.35	8.15-8.35	8.15-8.35	8.15-8.35	8.15-8.35
Непрерывная образовательная деят-ть	9.00-9.10 9.20-9.30 11.40-11.50	11.00-11.15 11.25-11.40	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.10 9.20-9.30 9.40-9.50	9.00-9.15 9.25-9.40
Чтение художественной литературы, игры. Совместная или самостоятельная деят-ть	9.50 – 10.00	8.40-9.00	9.50 – 10.00	9.50 – 10.00	9.50 – 10.30
Дополнительный завтрак. ОД в РМ	9.40-9.50	10.40-10.50	9.40-9.50	10.00-10.10	9.40-9.50
Подг. к прогулке, прогулка, возвр. с прог. ОД в РМ, самостоятельная деят-ть детей	10.00-11.30	9.00-10.30	10.00-11.30	10.20-11.50	10.30-12.00
Подготовка к обеду, ОД в РМ, самостоятельная деятельность	12.00 – 12.40	12.00 – 12.40	12.00 – 12.40	12.00 – 12.40	12.00 – 12.40
Обед	12.10-12.40	12.10-12.40	12.10-12.40	12.10-12.40	12.10-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.00	12.40 – 15.00	12.40 – 15.00	12.40 – 15.00	12.40 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие мероприятия. ОД в РМ	15.00 – 15.25 90	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25

Полдник	–	–	–	–	–
Непрерывная образовательная деят-ть	–	–	–	–	–
Чтение худ. литературы, игры, наблюдения и др. , Совместная или самостоятельная деят-ть	15.25 – 16.00	15.25 – 16.00	15.25 – 16.00	15.25 – 16.00	15.25 – 16.00
Подг. к ужину, ОД в РМ, самостоятельная деят-ть	16.00 – 17.00	16.00 – 17.00	16.00 – 17.00	16.00 – 17.00	16.00 – 17.00
Ужин	16.10-16.30.	16.10-16.30.	16.10-16.30.	16.10-16.30.	16.10-16.30.
Подг. к прогулке, прогулка. ОД в РМ. Самостоятельная деят-ть детей. Уход домой	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30
Элементы режима	<b>Длительность основных элементов режима Средняя группа 4 – 5 лет</b>				
	<i>Понедельник</i>	<i>Вторник</i>	<i>Среда</i>	<i>Четверг</i>	<i>Пятница</i>
Прием детей, осмотр, у/г , ОД в РМ, самостоятельная деятельность детей	6.30 – 8.15	6.30 – 8.15	6.30 – 8.15	6.30 – 8.15	6.30 – 8.15
Подготовка к завтраку, ОД в РМ, самостоятельная деятельность	8.15 – 9.00	8.15 – 9.00	8.15 – 9.00	8.15 – 9.00	8.15 – 9.00
Завтрак	8.20-8.40	8.20-8.40	8.20-8.40	8.20-8.40	8.20-8.40
Непрерывная образовательная деят-ть	9.00-9.15 9.25-9.35 9.45-10.00	11.25-11.45 11.55-12.15	9.00-9.10 9.20-9.35 9.45-10.00	9.00-9.20 9.30-9.50 \	11.00-11.10 11.20-11.30 11.40-12.00
Чтение художественной литературы, игры. Совместная или самостоятельная деят-ть	10.00 – 10.30	10.50-11.20	10.10-10.30	10.00 – 10.20	10.30-11.00
Дополнительный завтрак. ОД в РМ	10.00-10.10 91	10.40-10.50	10.00-10.10	9.50-10.00	10.40-10.50

Подг. к прогулке, прогулка, возвр. с прог. ОД в РМ, самостоятельная деят-ть детей	10.40 -12.10	9.00-10.30	10.30-12.00	10.30-12.00	9.00-10.30
Подготовка к обеду, ОД в РМ, самостоятельная деятельность	12.10 – 12.50	12.15 – 12.50	12.10 – 12.50	12.10 – 12.50	12.10 – 12.50
Обед	12.20-12.50	12.20-12.50	12.20-12.50	12.20-12.50	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.00	12.50 – 15.00	12.50 – 15.00	12.50 – 15.00	12.50 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие мероприятия. ОД в РМ	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25
Полдник					
Непрерывная образовательная деят-ть	-	-	-	-	-
Чтение худ.литературы, игры, наблюдения и др. , Совместная или самостоятельная деят-ть	15.25 – 16.10	15.25 – 16.10	15.25 – 16.10	15.25 – 16.10	15.25 – 16.10
Подг. к ужину, ОД в РМ, самостоятельная деят-ть	16.10 – 17.00	16.10 – 17.00	16.10 – 17.00	16.10 – 17.00	16.10 – 17.00
Ужин	16.15-16.35	16.15-16.35	16.15-16.35	16.15-16.35	16.15-16.35
Подг. к прогулке, прогулка. ОД в РМ. Самостоятельная деят-ть детей. Уход домой	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30
Элементы режима	<b>Длительность основных элементов режима Старшая группа 5 – 6 лет</b>				
	<i>Понедельник</i>	<i>Вторник</i>	<i>Среда</i>	<i>Четверг</i>	<i>Пятница</i>
Прием детей, осмотр, у/г , ОД в РМ, самостоятельная деятельность детей	6.30 – 8.20	6.30 – 8.20	6.30 – 8.20	6.30 – 8.20	6.30 – 8.20
Подготовка к завтраку, ОД в РМ, самостоятельная деятельность	8.20 – 9.00	8.20 – 9.00	8.20 – 9.00	8.20 – 9.00	8.20 – 9.00
Завтрак	8.25-8.45	8.25-8.45	8.25-8.45	8.25-8.45	8.25-8.45

Непрерывная образовательная деят-ть	9.00-9.25 9.35-9.55	9.00-9.25 9.35-9.55	9.00-9.15 9.40-9.55 10.05-10.20	11.10-11.30	9.00-9.15 9.30-9.45 10.30-10.45
Чтение художественной литературы, игры. Совместная или самостоятельная деят-ть	8.45-9.00	10.10 – 10.30	10.20 – 10.30	10.50-11.10	9.15-9.30 10.00-10.30
Дополнительный завтрак. ОД в РМ	10.50-11.00	10.00-10.10	9.20-9.30	10.40-10.50	9.45-10.00
Подг. к прогулке, прогулка, возвр. с прог. ОД в РМ, самостоятельнаядеят-ть детей	11.00-12.30	10.40-12.10	10.40-12.10	9.00-10.30	11.00-12.30
Подготовка к обеду, ОД в РМ, самостоятельная деятельность	12.30 – 13.00	12.20 – 13.00	12.20 – 13.00	12.20 – 13.00	12.30 – 13.00
Обед	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие мероприятия. ОД в РМ	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10
Полдник					
Непрерывная образовательная деят-ть	15.10-15.35	15.10-15.35	15.10-15.35	15.10-15.35	15.10-15.30
Чтение худ. литературы, игры, наблюдения и др. , Совместная или самостоятельная деят-ть	15.35 – 16.15	15.35 – 16.15	15.35 – 16.15	15.35 – 16.15	15.30 – 16.15
Подг. к ужину, ОД в РМ, самостоятельная деят-ть	16.15 – 17.00	16.15 – 17.00	16.15 – 17.00	16.15 – 17.00	16.15 – 17.00
Ужин	16.20-16.40	16.20-16.40	16.20-16.40	16.20-16.40	16.20-16.40
Подг. к прогулке, прогулка. ОД в РМ. Самостоятельная деят-ть детей. Уход домой	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30
Элементы режима	93 Длительность основных элементов режима Подготовительная группа 6 – 7 лет				

	<i>Понедельник</i>	<i>Вторник</i>	<i>Среда</i>	<i>Четверг</i>	<i>Пятница</i>
Прием детей, осмотр, у/г , ОД в РМ, самостоятельная деятельность детей	6.30 – 8.25	6.30 – 8.25	6.30 – 8.25	6.30 – 8.25	6.30 – 8.25
Подготовка к завтраку, ОД в РМ, самостоятельная деятельность	8.25 – 9.00	8.25 – 9.00	8.25 – 9.00	8.25 – 9.00	8.25 – 9.00
Завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50
Непрерывная образовательная деят-ть	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50	10.40-11.10 11.20-11.50 12.00-12.30	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50	9.00-9.30 10.20-10.50
Чтение художественной литературы, игры. Совместная или самостоятельная деят-ть					9.30-10.10 10.20-11.00
Дополнительный завтрак. ОД в РМ	10.10-10.20	10.30-10.40	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20
Подг. к прогулке, прогулка, возвр. с прог. ОД в РМ, самостоятельная деят-ть детей	11.00-12.30	9.00-10.30	11.00-12.30	11.00-12.30	11.00-12.30
Подготовка к обеду, ОД в РМ, самостоятельная деятельность	12.30 – 13.05	12.30 – 13.05	12.30 – 13.05	12.30 – 13.05	12.30 – 13.05
Обед	12.35-13.05	12.35-13.05	12.35-13.05	12.35-13.05	12.35-13.05
Подготовка ко сну, дневной сон	13.05 – 15.00	13.05 – 15.00	13.05 – 15.00	13.05 – 15.00	13.05 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие мероприятия. ОД в РМ	15.00 – 15.10	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15
Полдник					
Непрерывная образовательная деят-ть	15.10-15.40	15.15 – 15.45	15.15 – 15.45	15.50-16.20	15.15 – 15.45
Чтение худ. литературы, игры, наблюдения и др. , Совместная или самостоятельная деят-ть	15.40 – 16.20	15.55 – 16.20	15.55 – 16.20	15.15 – 15.50	15.45 – 16.20
Подг. к ужину, ОД в РМ, самостоятельная деят-ть	16.20 – 17.00	16.20 – 17.00	16.20 – 17.00	16.20 – 17.00	16.20 – 17.00

Ужин	16.25-16.45	16.25-16.45	16.25-16.45	16.25-16.45	16.25-16.45
Подг. к прогулке, прогулка. ОД в РМ. Самостоятельная деят-ть детей. Уход домой	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30

### 3.2. Расписание видов деятельности на учебный год (включая доп. образование).

#### РАСПИСАНИЕ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ по ДС №198 на 2020-2021 уч.год

(группы общеразвивающей направленности):

		2 (081) р/в., (2-3г.)	6 (071) мл., (3-4г.)	10 (061) средняя., (4-5г.)	1 (051) старшая, (5-6 лет)	8(041) подготов-я, (6-7лет)
П О Н Е Д Е Л Ь Н И К	Непрерывная образовательная деятельность				Двигательная 9.00-9.25	Двигательная 9.40-10.10
	<b>I прогулка</b>	10.00 – 11.30	10.00-11.30	10.40-12.10	11.00-12.30	11.00-12.30
	<b>II прогулка</b>	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30
	доп.услуги			«Волшебный мир танца» 1 подгр. 9.45-10.00 2 подгр. 10.10-10.25		
<b>Прогулка ежедневно</b>		3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.
В Т О Р Н И К	Непрерывная образовательная деятельность		Двигательная 11.00-11.15	Двигательная 1 подгр. 11.25-11.45 2 подгр. 11.55-12.15	Двигательная 9.00-9.25	
	<b>I прогулка</b>	10.00 -11.30	9.00-10.30	9.00-10.30	10.40-12.10	9.00-10.30
	<b>II прогулка</b>	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30
	доп.услуги					
<b>Прогулка ежедневно</b>		3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.
С Р Е Д А	Непрерывная образовательная деятельность	Двигательная активность 1 подгр. 9.00-9.10 2 подгр. 9.20-9.30	Двигательная 1 подгр. 9.00-9.15 2 подгр. 9.25-9.40			
	<b>I прогулка</b>	10.00 -11.30	10.30-12.00	10.30-12.00	10.40-12.10	11.00-12.30
	<b>II прогулка</b>	17.00-18.30	17.00 -18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30
	доп.услуги					
<b>Прогулка ежедневно</b>		3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.

<b>Ч Е Т В Е Р Г</b>	Непрерывная образовательная деятельность			Двигательная <b>1 подгр. 9.00-9.20</b> <b>2 подгр. 9.30-9.50</b>	Двигательная (воздух) 9.55-10.20	Двигательная (воздух) 11.50-12.20
	<b>I прогулка</b>	10.00 -11.30	10.00-11.30	10.30-12.00	9.00-10.30	11.00-12.30
	<b>II прогулка</b>	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30
	доп.услуги					
<b>Прогулка ежедневно</b>		3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.
<b>П Я Т Н И Ц А</b>	Непрерывная образовательная деятельность	Двигательная активность <b>1 подгр. 15.45-15.55</b> <b>2 подгр. 16.05-16.15</b>	Двигательная <b>1 подгр. 9.25-9.40</b> <b>2 подгр. 9.50-10.05</b>	Двигательная 11.40-12.00		Двигательная 10.20-10.50
	<b>I прогулка</b>	10.00-11.30	10.30-12.00	9.00-10.30	10.50-12.20	11.00-12.30
	<b>II прогулка</b>	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30
	доп.услуги				<b>«Танцевальная мозаика»</b> <b>1 подгр. 15.10-15.35</b> <b>2 подгр. 15.45-16.10</b>	
<b>Прогулка ежедневно</b>		3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.
<b>ИТОГО в неделю</b>		80 мин.	130 мин.	145 мин.	225 мин.	450 мин.
<b>ИТОГО (с доп. услугами):</b>		100мин.	150 мин.	200 мин.	350 мин.	600 мин.

**РАСПИСАНИЕ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ по ДС №198 на 2020-2021 уч.год (группы компенсирующей направленности для детей с ЗПР):**

		7 (062) средняя, (4-5 лет)	14 (063) средняя, (4-5 лет)	12 (053) старшая, (5-6лет)	9 (054) старшая, (5-6лет)	13 (045) подготовительная, (6-7лет)	11 (043) подготов-я, (6-7лет)	5 (044) подготов-я, (6-7лет)
<b>П О Н Е Д Е Л Ь Н И К</b>	<b>НОД</b>		Двигательная <b>1 подгр. 9.00-9.20</b> <b>2 подгр. 9.30-9.50</b>	Двигательная (воздух) 10.55-11.20	Двигательная <b>1 подгр. 10.40-11.05</b> <b>2 подгр. 11.15 – 11.40</b>		Двигательная <b>1 подгр. 10.40-11.10</b> <b>2 подгр. 11.20-11.50</b>	Двигательная (воздух) 09.50-10.20
	<b>I прогулка</b>	10.40-12.10	10.00-11.30	10.00-11.30	9.00-10.30	9.00-10.30	9.00-10.30	9.00-10.30
	<b>II прогулка</b>	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30
	доп.услуг							



	<b>и</b>							
	<b>Прог-ка ежедн.</b>	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3ч.	3 ч.	3 ч.
<b>В Т О Р Н И К</b>	<b>НОД</b>	Двигательная <b>1 подгр.</b> 9.00-9.20 <b>2 подгр.</b> 9.30-9.50	Двигательная 9.40-10.00	Двигательная <b>1 подгр.</b> 10.40-11.05 <b>2 подгр.</b> 11.15-11.40				
	<b>I прогулка</b>	10.40-12.10	10.20-11.50	9.00-10.30	10.30-12.00	10.20-11.50	11.00-12.30	11.00-12.30
	<b>II прогулка</b>	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30
	<b>доп.услуг и</b>							
	<b>Прог-ка ежедн.</b>	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3ч.	3 ч.	3 ч.
<b>С Р Е Д А</b>	<b>НОД</b>	Двигательная 11.50-12.10			Двигательная 11.40-12.05	Двигательная (воздух) 11.35-12.05	Двигательная (воздух) 11.10-11.40	Двигательная <b>1 подгр.</b> 10.40-11.10 <b>2 подгр.</b> 11.20-11.50
	<b>I прогулка</b>	10.10-11.40	10.20-11.50	10.50-12.20	9.00-10.30	10.45-12.15	10.20-11.50	9.00-10.30
	<b>II прогулка</b>	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30
	<b>доп.услуг и</b>							
	<b>Прог-ка ежедн.</b>	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.
<b>Ч Е Т В Е Р Г</b>	<b>НОД</b>	Двигательная 9.00-9.20	Двигательная 10.40-11.00		Двигательная (воздух) 11.35-12.00	Двигательная 15.10-15.40	Двигательная 15.45-16.15	
	<b>I прогулка</b>	10.40-12.10	9.00-10.30	9.00-10.30	10.40-12.10	10.55-12.25	11.00-12.30	11.00-12.30
	<b>II прогулка</b>	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30
	<b>доп.услуг и</b>			<b>«Танцевальная мозаика» 15.10-15.35</b>				
	<b>Прог-ка ежедн.</b>	3 ч.	3 ч.	3ч.	3 ч.	3ч.	3 ч.	3 ч.
<b>П Я Т Н</b>	<b>НОД</b>			Двигательная 15.20-15.45		Двигательная <b>1 подгр.</b> 10.40-11.10 <b>2 подгр.</b> 11.20-11.50	<b>2 подгр.</b> 9.40-10.10	Двигательная <b>1 подгр.</b> 9.00-9.30 <b>1 подгр.</b> 9.40-10.10
	<b>I прогулка</b>	9.00-10.30	10.50-12.20	10.50-12.20	10.30-12.00	9.00-10.30	10.20-11.50	11.00-12.30

И Ц А	П прогулка	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30
	доп.услуг и				«Танцевальная мозаика» 1 подгр. 15.10-15.35 2 подгр. 15.45-16.10			
Прог-ка ежедн.	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3ч.	3ч.	3 ч.
ИТОГО в неделю	170 мин.	170 мин.	230мин.	225 мин.	450 мин.	450 мин.	450 мин.	450 мин.
ИТОГО (с доп.услугами) :	200 мин.	200 мин.	350 мин.	350 мин.	600 мин.	600 мин.	600 мин.	600 мин.

### 3.3. Результаты наблюдений за детьми (педагогическая диагностика). (приложение 5)

### 3.4. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания и особенность организации развивающей предметно – пространственной среды

Средства обучения и воспитания			
Направление развития	Центр детской активности	Основное назначение	Оснащение развивающей предметно – пространственной среды материалами и средствами обучения
Физическое развитие	Двигательный центр в группах	Расширение индивидуального двигательного опыта в самостоятельной деятельности	Мягкие легкие модули, разноцветные флажки, ленточки, султанчики, легкие поролоновые шарики для метания вдаль, мячи большие и теннисные, разноцветные шары для прокатывания, мешочки с песком для равновесия, кегли, обручи
	Спортивный зал		Какое оборудование....
	Спортивная площадка		
	Тренажерный зал		

### 3.5. Особенность организации развивающей предметно – пространственной среды

Создание условий развивающей предметно-пространственной среды для организации образовательной деятельности с детьми:

Ранний возраст:

1. Обеспечить насыщенность РППС в целях предоставления детям многообразного опыта для действий.
2. Обеспечить принцип «доступности», расставляя игровые материалы на уровне вытянутой руки ребёнка (используя как вертикальное, так и горизонтальное пространство).

3. Обеспечить деятельностный подход.

5. Обеспечить реализацию потребности в двигательной активности. Группы оснащены лестницей и горкой для скатывания, мягкими модулями в форме арки для подлезания, брусками, кубиками для выполнения разнообразных движений на равновесие и др.

Младший в/г .....

Средний .....

### 3.6. Используемые Программы, методические пособия.

#### Перечень нормативных и нормативно-методических документов

1. Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года.— ООН 1990.
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014, с изм. от 02.05.2015) «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // Официальный интернет-портал правовой информации: — Режим доступа: pravo.gov.ru.
3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р о Концепции дополнительного образования детей.
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р о Стратегии развития воспитания до 2025 г.[Электронный ресурс].— Режим доступа:<http://government.ru/docs/18312/>.
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 19 декабря 2013 г. № 68 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3147-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к дошкольным группам, размещенным в жилых помещениях жилищного фонда».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» // Российская газета. – 2013. – 19.07(№ 157).
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 3 июня 2003 г. № 118 (ред. от 03.09.2010) «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03» (вместе с «СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03. 2.2.2. Гигиена труда, технологические процессы, сырье, материалы, оборудование, рабочий инструмент. 2.4. Гигиена детей и подростков. Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы», утв. Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 30 мая 2003 г.) (Зарегистрировано в Минюсте России 10 июня 2003 г., регистрационный № 4673)
9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013г., регистрационный № 30384).

10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 22 декабря 2009 г., регистрационный № 15785).
11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 1 февраля 2011 г., регистрационный № 19644).
12. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 7 июня 2012 г., регистрационный № 24480).
13. Приказ Минздравсоцразвития России от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (Зарегистрирован в Минюсте России 6 октября 2010 г. № 18638)
14. Письмо Минобрнауки России «Комментарии к ФГОС ДО» от 28 февраля 2014 г. № 08- 249 // Вестник образования.– 2014. – Апрель. – № 7.
15. Письмо Минобрнауки России от 31 июля 2014 г. № 08-1002 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации полномочий субъектов Российской Федерации по финансовому обеспечению реализации прав граждан на получение общедоступного и бесплатного дошкольного образования).

### **Перечень литературных источников**

1. Амонашвили Ш.А. Основы гуманной педагогики. В 20 кн. Кн. 6. Педагогическая симфония. Ч. 1. Здравствуйте, Дети! / Шалва Амонашвили. — М. : Амрита, 2013.
2. Антология дошкольного образования: Навигатор образовательных программ дошкольного образования: сборник. – М.: Издательство «Национальное образование», 2015.
3. Асмолов А.Г. Оптика просвещения: социокультурные перспективы. – М.: Просвещение, 2015.
4. Асмолов А.Г. Психология личности. Культурно-историческое понимание развития человека. – М., Академия, 2011.
5. Бостельман А., Финк М. Применение портфолио в дошкольных организациях: 3–6 лет. – М.: Издательство «Национальное образование», 2015.
6. Венгер Л.А. Восприятие и обучение. – М., 1969.
7. Веракса Н.Е. и др. Познавательное развитие. – М.: Мозаика-синтез, 2014. Выготский Л.С. Мышление и речь // Собр. соч.: В 6 т. – Т. 2. – М.: Педагогика, 1982.
8. «Волжская земля – Родина моя». Программа по экологическому образованию дошкольников. / О.В. Каспарова, В.Н. Гандина,

О.В. Щеповских /Тольятти 2013г.

9. Запорожец А.В. Избранные психологические труды: в 2 т. – М.: Педагогика, 1986.
10. Инклюзивная практика в дошкольном образовании: методич. пособие для педагогов дошк. учреждений / под ред. Т.В. Волосовец, Е.Н. Кутеповой. – М.: Мозаика-Синтез, 2011.
11. Короткова Н.А., Нежнов П.Г. Наблюдение за развитием детей в дошкольных группах / Изд. 3-е, дораб. – М.: Линка-Пресс, 2014.
12. Корчак Януш. Как любить ребенка / Януш Корчак; пер. с польск. К.Э. Сенкевич. – Москва: АСТ, 2014. (Библиотека Ю. Гиппенрейтер).
13. Корчак Януш. Уважение к ребенку. –СПб.: Питер, 2015.
14. Кравцов Г.Г., Кравцова Е.Е. Психология и педагогика обучения дошкольников: учеб. пособие. – М: Мозаика-Синтез, 2013.
15. Кривцова С.В. Патяева Е.Ю.Семья. Искусство общения с ребенком / под ред. А.Г. Асмолова. – М.: Учебная книга БИС, 2008.
16. Кудрявцев В.Воображение, творчество и личностный рост ребёнка / Владимир Товиевич Кудрявцев.– М. : Чистые пруды, 2010.(Библиотечка “Первого сентября”, серия “Воспитание. Образование. Педагогика”. Вып. 25).
17. Леонтьев А.Н. Психологические основы развития ребенка и обучения. – М.: Смысл, 2012.
18. Лисина М.И. Формирование личности ребенка в общении. – СПб.: Питер, 2009.
19. Манске К. Учение как открытие. Пособие для педагогов. – М.: Смысл, 2014.
20. Мид М. Культура и мир Детства. – М., 1988.
21. Михайленко Н.Я., Короткова Н.А. Организация сюжетной игры в детском саду. – М., 2009.
- Михайленко Н.Я., Короткова Н.А. Ориентиры и требования к обновлению содержания дошкольного образования: метод. рекомендации. – М., 1993.
22. Михайлова-Свирская Л.В. Индивидуализация образования детей дошкольного возраста. Пособие для педагогов ДОО (0–7 лет). – М.: Просвещение, 2014.
23. Навигатор образовательных программ дошкольного образования [Электронный ресурс].— Режим доступа:<http://Navigator.firo.ru>.
24. Уденховен Н. ван, Вазир Р. Новое детство. Как изменились условия и потребности жизни детей. – М.: Университетская книга, 2010.
25. Обухова Л.Ф. Возрастная психология: учеб. для вузов: гриф МО, М.: Юрайт, 2014.
26. Патяева Е.Ю. От рождения до школы. Первая книга думающего родителя. –М.: Смысл, 2014.
27. Педагогика достоинства: идеология дошкольного и дополнительного образования. – М.: Федеральный институт развития образования, 2014.
28. Поддьяков А.Н. Исследовательское поведение. 2-е изд., пер. и доп. – М.: Издательство «Национальное образование», 2015.
29. Поддьяков Н.Н. Психическое развитие и саморазвитие ребенка-дошкольника. Ближние и дальние горизонты. – М., 2013.

30. Стеркина Р.Б., Юдина Е.Г., Князева О.Л., Авдеева Н.Н., Галигузова Л.Н, Мещерякова С.Ю. Аттестация и аккредитация дошкольных образовательных учреждений. – М., АСТ, 1996.
31. Ушинский К. Человек как предмет воспитания Т. 1 Опыт педагогической антропологии / Константин Ушинский. – М., 2012. – 892 с.
32. Шкалы для комплексной оценки качества образования в дошкольных образовательных организациях / под ред. В.К. Загвоздкина, И.В. Кириллова. – М.: Издательство «Национальное образование», 2015. – 116 с.
33. Шулешко Е. Понимание грамотности. О педагогическом решении проблем преемственности в начальном образовании детей от пяти до одиннадцати лет. Книга первая. Условия успеха. Общая организация жизни детей и взрослых в детском саду и начальной школе, их взаимоотношений вне занятий и на занятиях по разным родам деятельности / Под ред. А. Рускова. – СПб.: Образовательные проекты, Участие, Агентство образовательного сотрудничества, 2011. – 288 с.
34. Эльконин Д.Б. Детская психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Д.Б. Эльконин; – 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 384 с.
35. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. – М., 1989.
36. Эльконин Д.Б. Психология игры. – М., Владос, 1999.
37. Эриксон Э. Детство и общество / 2-е изд., перераб. и доп.; пер. с англ. – СПб.: Ленато: АСТ: Фонд «Университетская книга», 1996.
38. Юдина Е.Г., Степанова Г.Б., Денисова Е.Н. (Ред. и введение Е.Г. Юдиной) Педагогическая диагностика в детском саду. – М.: Просвещение, 2005.