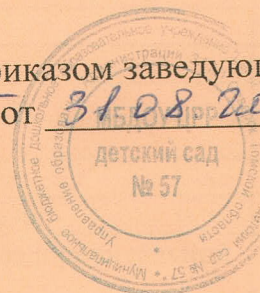


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития – детский сад № 57»

Принято на педагогическом  
совете «МБДОУ ЦРР – детский сад  
№ 57» протокол № 1 от 30.08.2023г.

Утверждено приказом заведующего  
№ 87/01-35 от 31.08.2023г.



Рабочая программа  
образовательной деятельности по физическому развитию  
на 2023 – 2024 учебный год

Составитель: Белоусова Тамара Федоровна  
инструктор по физической культуре

2023г.

№п/п	Основные разделы Рабочей программы	№ стр.
<b>I</b>	<b>Целевой раздел</b>	
<b>1.1</b>	Пояснительная записка	3
1.1.1	Нормативная основа при разработке Рабочей программы	3
1.1.2	Краткое описание характеристики контингента воспитанников	3-4
1.1.3	Цели и задачи РП	4
1.1.4	Программные задачи образовательной области «Физическое развитие»	4-5
1.1.5	Принципы физического развития	5
1.1.6	Возрастные особенности психофизического развития детей	5
<b>1.2</b>	Планируемые результаты освоения РП	5
1.2.1	Целевые ориентиры образования	5
1.2.2	Особенности проведения педагогического мониторинга	6
1.2.3	Перечень обязательных тестовых упражнений	6-7
1.2.4	Градации физической подготовленности	7
<b>II</b>	<b>Содержательный раздел</b>	
<b>2.1</b>	Учебный план реализации ООП в ДО дошкольного возраста	8
2.2	Способы организации детей во время физкультурно-оздоровительной деятельности	8
2.3	Физкультурно-оздоровительная работа	8-9
2.4	Сетка образовательной деятельности по физическому развитию	9-10
2.4.1	Перспективное планирование по физическому развитию с детьми 3-7 лет	10
2.4.2	Перспективный план работы с родителями (законными представителями) детей	10
2.4.3	Перспективный план работы с педагогами ДОУ	10
2.4.4	Журнал проведения инструктажа по технике безопасности на физкультурных занятиях в спортивном зале и на улице	10
<b>III</b>	<b>Организационный раздел</b>	
<b>3.1</b>	Режим дня	10-12
3.2	Материально-техническое обеспечение Рабочей программы	12
3.2.1	Оснащение спортивного зала	12-13
3.2.2	Учебно-методическое обеспечение. Образовательная область «Физическое развитие»	13
3.2.3	Коррекционно-развивающий процесс	13-14
<b>IV</b>	<b>Дополнительное образование</b>	
<b>3.5</b>	Программа физкультурно-оздоровительного кружка «Поиграй-ка!»	14
<b>3.6</b>	Программа спортивного кружка «Мастер-класс	14
<b>3.7</b>	Программа коррекционно-оздоровительной направленности «Вырасту здоровым!» (работа с детьми с ОВЗ)	14

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1 Пояснительная записка

Направление пояснительной записки	Содержание описания направлений
Разработка программы	<p>Рабочая программа разработана на основе примерной образовательной программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э.М. Дорوفеевой.</p> <p>Задачи, содержание, объём образовательной области «Физическое развитие», основные результаты освоения Программы, подходы и принципы построения образовательного процесса отражают целевые и ценностные ориентиры семьи, общества и государства Российской Федерации в сфере дошкольного образования и являются обязательными составляющими реализации основных общеобразовательных программ дошкольного образования.</p>
<b>1.1.1</b> Нормативная основа при разработке Рабочей программы	<p>При разработке Программы учитывались следующие нормативные документы:</p> <ol style="list-style-type: none"><li><b>1. Федеральный закон №273-ФЗ «Об образовании в РФ»</b> вступил в силу 01.09 2013 г.</li><li>Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 2020г. г. №26 г. Москва от «Об утверждении СанПиН 4.36.48-20 «<b>Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций</b>»; 3.1./2.4.3598-20 (коронавирусная инфекция).</li><li><b>Устав МБДОУ «ЦРР – детский сад № 57»</b> (утвержден Начальником Управления образования Администрации ЗАТО Северск 30 марта 2015г.)</li><li><b>Федеральная образовательная программа дошкольного образования (ФОП ДО)</b> – утверждена приказом Минпросвещения от 25.11. 2022г. № 1028.</li><li><b>Основная образовательная программа дошкольного образования</b> (принята педагогическим советом ДОУ 28.08.2020г., протокол № 1).</li><li>Модифицированная дополнительная общеразвивающая общеобразовательная <b>Программа физкультурно-оздоровительного кружка для детей 2-3 лет «Поиграй-ка!»</b>.</li><li>Авторская дополнительная общеразвивающая общеобразовательная <b>Программа коррекционно-оздоровительной направленности «Вырасту здоровым!»</b> (работа с детьми с ОВЗ).</li><li>Авторская дополнительная общеразвивающая общеобразовательная <b>Программа спортивного кружка для детей 5-7 лет «Мастер-класс»</b>.</li></ol>
<b>1.1.2</b> Характеристика воспитанников	<p>Содержание Программы учитывает возрастные и индивидуальные особенности детей, воспитывающихся в образовательной организации.</p>

детского сада Структура групп МБДОУ (кол-во групп и кол-во детей) и особенности детей по ступеням (основные характеристики воспитанников: возрастные и индивидуальные).	Всего в МБДОУ «ЦРР – д/с № 57» воспитывается 143 ребенка. В детском саду функционируют 8 групп <b>общеразвивающей направленности</b> , из них 2 группы для детей ясельного возраста с 1 до 3 лет, 7 групп для детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет.	
	Возраст	Общеобразовательные группы
	с 1 до 3 лет (группа раннего возраста)	1 (14 детей)
	с 2 до 3 лет (1-ая младшая группа)	1 (18 детей)
	с 3 до 4 лет (II младшая группа)	1 (22 детей)
	с 4 до 5 лет (средняя группа)	1 (20 детей)
	с 4 до 6 лет (старшая группа)	1 (15 детей)
	с 5 до 6 лет (старшая группа)	1 (18 ребенка)
с 6 до 7 лет (подг. к школе группа)	2 (36 ребенка)	
Описание условий созданных в дошкольной организации по социальному заказу родителей, предусматривающие физическое развитие дошкольника.	<p><b>Спортивный зал</b> осуществляет обеспечение развития и оздоровления детей. Гармоничность сочетания разнообразных форм, цветовой гаммы разных пособий и спортивного оборудования в оформлении физкультурно-игровой среды вызывает у дошкольников положительные эмоции. Рациональная двигательная активность детей в многообразии условий предметной среды формирует у них привычку к регулярным занятиям физической культурой.</p> <p><b>Спортивная площадка</b> оборудована всем необходимым для развития двигательной активности детей на свежем воздухе. В каждой группе есть <b>физкультурный уголок</b> с набором необходимых пособий для развития движений детей.</p>	

**1.1.3. Цель** Рабочей программы: физическое развитие детей дошкольного возраста, как одна из составляющих гармоничного развития личности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Приоритетные **задачи** реализации Рабочей программы:

1. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
2. Формирование ценностей здорового образа жизни, развития физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка в образовательной области «Физическое развитие».

#### **1.1.4. Программные задачи образовательной области «Физическое развитие»**

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

## Основные цели и задачи

**Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.** Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

**Физическая культура.** Сохранение, укрепление и охрана жизни детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценки при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

### 1.1.5. Принципы физического развития

Дидактические	Специальные	Гигиенические
<ul style="list-style-type: none"><li>- систематичность и последовательность;</li><li>- развивающее обучение;</li><li>- доступность;</li><li>- воспитывающее обучение;</li><li>- учет индивидуальных и возрастных особенностей;</li><li>- сознательность и активность ребенка;</li><li>- сознательность</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- непрерывность;</li><li>- последовательность наращивания тренирующих воздействий;</li><li>- цикличность</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- сбалансированность;</li><li>- рациональность чередования деятельности и отдыха;</li><li>- возрастная адекватность;</li><li>- оздоровительная направленность всего образовательного процесса;</li><li>- осуществление личностно-ориентированного обучения и воспитания</li></ul>

### 1.1.6. Возрастные особенности психофизического развития детей

*(возрастные особенности развития детей первой младшей группы и групп дошкольного возраста подробно прописаны в основной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой: стр. 245, 246, 248, 250, 252).*

## 1.2 Планируемые результаты освоения рабочей программы

Результаты освоения рабочей программы определяются целевыми ориентирами *(подробно прописаны в основной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой: стр. 19).*

### 1.2.1. Целевые ориентиры образования в раннем возрасте

У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.). С интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.

#### Целевые ориентиры образования на этапе завершения дошкольного образования

У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими. Ребенок способен к волевым усилиям. Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

### 1.2.2. Особенности проведения педагогического мониторинга

Физическое развитие детей дошкольного возраста МБДОУ «ЦРР – д/с №57» оценивается с помощью компьютерной тест-программы «**Физкультурный паспорт**» (рекомендована Правительством Москвы для образовательных учреждений Московским комитетом образования, Центром организационно-методобеспечения физвоспитания, Всероссийским НИИ физической культуры). С ее помощью осуществляется экспресс-оценка состояния физической подготовленности детей в возрасте от 3 до 7 лет (дошкольный возраст). Оцениваются такие показатели, как общая, силовая и скоростно-силовая выносливость, гибкость, быстрота, ловкость, динамическая и статическая сила.

«Тест-программа» предназначена для:

1. Компьютерной обработки, оценки и хранения результатов тестирования физической подготовленности детей по комплексу стандартных тестов.
2. Отслеживания динамики состояния физической подготовленности детей в процессе их воспитания в дошкольном учреждении и при занятии физкультурой.
3. Подготовки рекомендаций по развитию двигательных качеств детей на занятиях физкультурой и дома.
4. Распечатки протоколов и документов по утвержденной форме отчетности.

Тестирование проводят среди мальчиков и девочек 2 раза в течение учебного года (начало учебного года, конец учебного года) по 2-3-м обязательным тестам, регистрируемым в утвержденных формах отчетности.

### 1.2.3. Перечень обязательных тестовых упражнений

**1. Тест «Подъем в сед за 30 сек»** (для измерения скоростно-силовой выносливости мышц брюшного пресса). Упражнение выполняется на гимнастическом мата или ковре. Под голову для безопасности кладется невысокая (не выше 10 см) поролоновая подушечка. Из И.П. лежа на спине, стопы прижаты к полу партнером, ноги слегка согнуты в коленных суставах, руки за головой. По команде «Марш!» выполнить за 30 сек максимально возможное число подъемов туловища в сед (до вертикального положения туловища). Дети 3-5 лет могут выполнять упражнение энергично помогая себе махом рук вперед и возвращаясь обратным движением в И.П. до касания лопатками и кистями рук мата. Дети с 6 лет выполняют упражнение, держа руки за головой. Для экспресс-тестирования тест могут проводить 2-3 воспитателя одновременно с 2-4 детьми. Разрешается 2 попытки.

**2. Тест «Прыжок в длину с места»** (для измерения динамической силы мышц нижних конечностей). Из исходного положения стоя стопы вместе или слегка врозь, носки стоп на одной линии со стартовой чертой, выполнить прыжок вперед с места на максимально возможное расстояние. Ребенок предварительно сгибает ноги, отводит руки назад, наклоняет вперед туловище, смещая вперед центр тяжести тела и махом рук вперед и толчком двух ног выполняет прыжок. Тест необходимо проводить на мате (толстом ковре) или мягком грунтовом покрытии (можно использовать песочную яму). Ребенку дается 3 попытки. В зачет идет лучший результат.

**3. Тест «Наклон вперед сидя»** (для измерения активной гибкости позвоночника и тазобедренных суставов). Ребенок без обуви садится на пол ноги врозь, расстояние между стопами строго 20 см, лицом к опоре, упирается пятками в боковые стойки опоры (это поможет ребенку сохранить прямые ноги при наклоне без помощи воспитателя). Между ног располагается линейка. За нулевую отметку - «0» принимают цифру, находящуюся на уровне пяток ребенка. По команде ребенок выполняет не сгибая ног наклон вперед, скользя пальцами по линейке. При необходимости воспитатель фиксирует колени ребенка, не позволяя ему

сгибать ноги во время наклона. Наклон выполняется медленно с фиксацией в крайней точке наклона не менее 2 сек. Лучший результат - максимально возможная цифра, до которой дотянется ребенок, засчитывается по кончикам пальцев с точностью до 1,0 см. Эта цифра записывается со знаком (-) (минус), если ребенок смог коснуться цифры до уровня стоп и без знака - за уровнем стоп, считая результат как (+) (плюс). В качестве опоры для ног можно использовать 2 куба, либо 2 гимнастические скамейки, положенные горизонтальной плоскостью (верхней поверхностью) к стопам ребенка, так, чтобы между ними было пространство в 20 см. Ребенок упирается стопами в края скамейки (кубов) и выполняет наклон вперед продвигая руки между скамеек (кубов).

Для экспресс-тестирования тест можно проводить одновременно с 4-5 детьми. В этом случае по команде каждый ребенок во время наклона двигает руками вперед кубик по предварительно сделанной разметке. Разрешается вторая попытка.

**4. Тест «Челночный бег»** 4 раза по 5 метров (для детей 3-4 лет), 6 раз по 5 метров (для детей 4-6 лет) и 10 раз по 5 метров (для детей 6-7 лет)» (для оценки скоростной выносливости и ловкости, связанных с изменением направления движения и чередований ускорения и торможения). В зале на расстоянии 5 м друг от друга ставят на полу две стойки (булавы). По команде «Марш!» участник стартует от 1-й стойки, добегают до 2-й, оббегают ее, поворачиваясь кругом и возвращается к 1-й стойке. Необходимо выполнить максимально быстро, двигаясь все время в одном направлении, 5 таких замкнутых циклов (туда и обратно - 1 цикл). Время засекается с точностью до 0,1 сек в момент пересечения линии, от которой выполнялся старт. Все участники должны быть в обуви, не дающей скольжения. Для экспресс-тестирования тест проводят парами. Разрешается вторая попытка.

#### **1.2.4. Градации физической подготовленности**

Результат 100 % - должный возрастно-половой норматив.

Результат 100 % и выше - высокое развитие; прогноз для спортивного отбора и направления в спортивные секции.

Результат 70-100 % - базовый уровень, хорошее развитие.

Результат 51-69 % - группа риска, плохое развитие;

Результат 50 % и ниже - группа повышенного риска, очень плохое развитие. Рекомендованы занятия в группах ОФП, ЛФК и коррекции.

Результат ниже 30 % - группа с низким уровнем здоровья, сверх плохое развитие. Рекомендованы занятия ЛФК и лечение.

## 2. Содержательный раздел.

### 2.1. Учебный план реализации ООП в ДО дошкольного возраста

Продолжительность непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию составляет:

- в I младшей группе более 10 минут,
- во второй младшей группе не более 15 минут,
- в средней группе не более 20 минут,
- в старшей группе не более 25 минут,
- в подготовительной к школе группе не более 30 минут.

<b>Непосредственно образовательная деятельность</b>			
Образовательная область	Базовый вид деятельности	Периодичность	Возрастные группы
Физическое развитие	Физическая культура в помещении	2 раз в неделю	I, II младшая, средняя группы
	Физическая культура в помещении	1 раз в неделю	старшая, подготовительная к школе группы
	Физическая культура на прогулке	1 раз в неделю	старшая, подготовительная к школе группы
<b>Образовательная деятельность в ходе режимных моментов</b>			
Утренняя гимнастика		Ежедневно	II мл., ср., ст., под. группы
Двигательные прогулки (подвижные игры, ОВД, спортивные игры)		Ежедневно	II мл., ср., ст., под. группы
<b>Самостоятельная деятельность детей</b>			
Подвижные игры		Ежедневно	II мл., ср., ст., под. группы
Спортивные игры и игры с элементами спорта (волейбол, баскетбол, волейбол)		Ежедневно	старшая, подготовительная к школе группы

### 2.2. Способы организации детей во время физкультурно-образовательной деятельности

<b>Фронтальный</b>	Дети одновременно выполняют одинаковое движение
<b>Групповой</b>	Дети поделены на группы, каждая из которой выполняет свое движение
<b>Поточный</b>	Выполнение движений друг за другом, переходя от одних движений к другим. При этом одни дети заканчивают какое-то движение и переходят к выполнению следующего, а другие – только начинают выполнять первое
<b>Индивидуальный</b>	Дети выполняют одно движение в порядке очереди
<b>Посменный</b>	Одна группа детей выполняет какое-то движение, вторая группа – наблюдает за ними

### 2.3. Физкультурно-оздоровительная работа

№ п/п	Мероприятия	Периодичность	Ответственный
<b>1. Мониторинг</b>			
1.	Определение уровня физической подготовленности детей	2 раза в год (сентябрь, май)	Инструктор по ФК



## 2. Двигательная деятельность

1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатели группы, Инструктор по ФК (ежедневно с детьми подг. к школе групп №№ 6, 7)
2.	Физическая культура А) в зале Б) на воздухе	2 раза в неделю	Инструктор по ФК, воспитатели группы
3.	Двигательная прогулка	1 раз в неделю	Воспитатели групп дошкольного возраста
4.	Физкультурные развлечения	1 раз в месяц	Инструктор по ФК,
5.	Физкультурные праздники	2 раза в год	Инструктор по ФК, музыкальный руководитель, воспитатели групп
6.	Неделя здоровья	1 раз в год	Инструктор по ФК, ст. медсестра, музыкальный руководитель, воспитатели групп
7.	Спортивные соревнования (ОАШ, образовательные округа)	По годовому плану	Все педагоги

### 2.4. Сетка образовательной деятельности по физическому развитию

№ группы	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
№ 12 II младшая	<b>9.05 – 9.20</b> (физкультурное занятие)	<b>15.35 – 15.50 –</b> I неделя (спортивное развлечение)	<b>9.05 – 9.25</b> (физкультурное занятие)		
№ 7 – средняя	<b>9.05 – 9.25</b> (физкультурное занятие)	<b>15.35 – 15.55 –</b> II неделя (спортивное развлечение)			<b>9.05 – 9.25</b> (физкультурное занятие)
№ 6 – старшая	<b>10.30 – 10.55</b> (физкультурное занятие на улице)	<b>15.35 – 15.50 –</b> III неделя (спортивное развлечение)		<b>9.05 – 9.30</b> (физкультурное занятие)	
№ 8 - старшая		<b>9.40 – 10.05</b> (физкультурное занятие)	<b>15.25 – 15.45 –</b> I неделя (спортивное развлечение)		<b>10.30 – 10.55</b> (физкультурное занятие на улице)

№ 10 подг. к школе	9.40 – 10.10 (физкультурное занятие)		10.30 – 11.00 (физкультурное занятие на улице)  15.25 – 15.55 – II неделя (спортивное развлечение)		
№ 11 подг. к школе		11.00 – 11.30 (физкультурное занятие на улице)	15.25 – 15.55 – III неделя (спортивное развлечение)	9.40 – 10.10 (физкультурное занятие)	

2.4.1. Перспективное планирование по физическому развитию с детьми 3-7 лет  
(см. Приложение 1)

2.4.2. Перспективное планирование работы с родителями (законными представителями) детей (см. Приложение 2)

2.4.3. Перспективное планирование работы с педагогами ДООУ (см. Приложение 3)

2.4.4. Журнал проведения инструктажа по технике безопасности на физкультурных занятиях в спортивном зале и на улице

Дата проведения инструктажа	Группа (количество детей)	Тема инструктажа	Подпись ответственного

### 3. Организационный раздел

#### 3.1. Режим дня

Дошкольная образовательная организация функционирует в режиме полного дня (12-часового пребывания) по графику пятидневной рабочей недели с двумя выходными днями (суббота и воскресенье) с 7.00 до 19.00 часов.

#### Примерный режим дня на холодный период

Режимные моменты	Вторая группа раннего возраста (2-3г)	Младшая группа (3-4г)	Средняя группа (4-5л)	Старшая группа (5-6л)	Подг. к школе группа (6-8л)
Прием детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика.	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.10-8.40	8.15-8.45	8.20-8.45	8.25-8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.30-9.00	8.40- 9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность детей	9.00-9.40 по подгруппам	9.00-9.40	9.00-9.50	9.00-10.40	9.00-10.50
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.40-9.50	9.40-9.50	9.50-10.00	10.00-10.10	10.00-10.10
Подготовка к прогулке,	9.50-11.40	9.50-12.00	10.00-12.10	10.40-12.20	10.50-12.25

прогулка: наблюдение, игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность					
Подготовка к обеду, обед	11.40-12.00	12.00-12.30	12.10-12.40	12.20-12.50	12.25-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.15	15.00-15.20	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30	15.10-15.30	15.15-15.40	15.20-15.40	15.25-15.40
Организованная детская деятельность (по подгруппам)	15.30-16.00	-			
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30-16.00	16.40-17.10	15.40-15.50	15.40-16.00	15.40-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка: игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность	16.00-17.00	15.40-16.40	15.50-17.00	16.00-17.20	16.10-17.20
Подготовка к ужину, ужин	17.00-17.30	17.10-17.30	17.15-17.45	17.20-17.45	17.20-17.45
Игры, самостоятельная деятельность детей	17.30-18.00	17.30-18.20	17.45-18.15	17.45-18.10	17.45-18.15
Прогулка, уход домой	18.00-19.00	18.20-19.00	18.15-19.00	18.10-19.00	18.15-19.00

**Примерный режим дня на теплый период**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Вторая группа раннего возраста (2-3г)</b>	<b>Младшая группа (3-4г)</b>	<b>Средняя группа (4-5л)</b>	<b>Старшая группа (5-6л)</b>	<b>Подг. к школе группа (6-8л)</b>
Прием детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика.	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.10-8.40	8.15-8.40	8.20-8.45	8.25-8.45
Игры, совместная деятельность взрослого и детей самостоятельная деятельность	8.30-9.10	8.40- 9.10	8.40-9.10	8.45-9.30	8.45-9.30
Подготовка к прогулке, прогулка	9.10-11.30	9.10-11.40	9.10-11.50	9.30-12.10	9.30-12.20
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.40-9.50	9.40-9.50	9.50-10.00	9.50-10.00	10.00-10.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.30-11.40	11.40-12.00	11.50-12.10	12.10-12.20	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	11.40-12.00	12.00-12.20	12.10-12.30	12.20-12.45	12.30-12.55
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.20-15.00	12.30-15.00	12.45-15.00	12.55-15.00

Постепенный подъем, гимнастика после дневного сна	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.15	15.00-15.20	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.40	15.10-15.40	15.15-15.40	15.20-15.45	15.20-15.40
Подготовка к прогулке, прогулка	15.40-16.45	15.40-17.00	15.40-17.00	15.45-17.20	15.40-17.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	16.45-17.00	17.00-17.10	17.00-17.15	17.20-17.30	17.20-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.00-17.30	17.10-17.40	17.15-17.40	17.30-17.50	17.30-17.45
Игры, совместная деятельность взрослого и детей самостоятельная деятельность	17.30-18.30	17.40-18.40	17.40-18.40	17.50-18.30	17.45-18.15
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.30-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00	18.30-19.00	18.15-19.00

### 3.2. Материально-техническое обеспечение Рабочей программы соответствует:

- санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам;
- правилам пожарной безопасности;
- возрастным и индивидуальными особенностями развития детей;
- требованиям ФГОС ДО;

Материально-техническое обеспечение Программы включает в себя учебно-методический комплект, оборудование и оснащение (предметы).

#### 3.2.1. Полное описание спортивного оснащения зала

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Имеется в наличии (кол-во)	Состояние	Требуется ремонт
1	Стенка гимнастическая	4	Хор.	нет
2	Бревно гимнастическое напольное	1	Удовл.	нет
3	Обруч гимнастический	32	Хор.	нет
4	Скакалка гимнастическая	20	Хор.	нет
5	Мяч малый	18	Хор.	нет
6	Палка гимнастическая	10	Хор.	нет
7	Брусья гимнастические параллельные	1	Хор.	нет
8	Кольца гимнастические	1	Хор.	нет
9	Канат для лазанья	1	Хор.	нет
10	Мяч набивной (1 кг)	9	Хор.	нет
11	Скамейка гимнастическая	7	Хор.	нет
12	Маты гимнастические	2	Хор.	нет
13	Гантели-утяжелители	16	Хор.	нет
14	Сетка-паутина	1	Хор.	нет
15	Коврики	21	Хор.	нет
16	Степ-платформы	22	Хор.	нет
17	Стойки для прыжков в высоту	2	Хор.	нет
18	Сухой бассейн	1	Хор.	нет
19	Тоннель	3	Хор.	нет

20	Дуги для подлезания	2	Хор.	нет
21	Щиты баскетбольные с кольцами и сеткой	6	Хор.	нет
22	Мячи баскетбольные	12	Хор.	нет
23	Фитбол	12	Хор.	нет
24	Сетка волейбольная	2	Удовл.	нет
25	Мячи волейбольные	1	Удовл.	да
26	Сетка для ворот мини-футбола	2	Удовл.	да
27	Мячи футбольные	2	Хор.	нет
28	Номера нагрудные	12	Хор.	нет
29	Мяч резиновый	30	Хор.	нет
30	Комплект лыж	22	Удовл.	да
31	Санки-ледянки (ватрушка)	3	Хор.	нет
32	Ракетка теннисная (пара)	20	Хор.	нет
33	Шарики теннисные	5	Хор.	нет
34	Клюшки	12	Удовл.	нет
35	Шайбы	8	Хор.	нет
36	Спортивный зал игровой размеры	95,4м2	Хор.	нет
37	Помещение для хранения инвентаря	8,6м2	Хор.	нет

### 3.2.2. Учебно-методическое обеспечение Образовательная область «Физическое развитие»

Автор	Название	Издательство, год издания
О.Н.Моргунова	Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ	Воронеж, 2007
А.П.Щербак	Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении	Москва, ВЛАДОС, 1999
Т.Е.Харченко	Физкультурные праздники в детском саду	«ДЕТСТВО-ПРЕСС» Санкт-Петербург, 2009
С.В.Реутский	Физкультурные комплексы дома и в детском саду	ТЦ «СФЕРА», 2015
С.В.Реутский	Физическое развитие ребенка. Физкультурные комплексы, растущие вместе с детьми	ТЦ «СФЕРА», Санкт-Петербург, 2009
Пензулаева Л. И.	Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет.	М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010
Пензулаева Л. И.	Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа	М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010
Пензулаева Л. И.	Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа	М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010
Пензулаева Л.И.	Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа	М.: Мозаика-Синтез, 2010

### 3.2.3. Коррекционно-развивающий процесс

Автор	Название	Издательство, год издания
Под редакцией Г.В.Каштановой	Лечебная физкультура и массаж	М: АРКТИ, 2006
С.Е.Голмидова	Физкультура. Нестандартные занятия. Старшая группа	Волгоград: КОРИФЕЙ, 2010
Б.С.Толкачёв	Физкультурный заслон ОРЗ	М: Физкультура и

		спорт, 1988
Ю.Е.Антонов, М.Н.Кузнецова, Т.Ф.Саулина	Здоровый дошкольник. Социально-оздоровительная технология XXI века	М:АРКТИ, 2003
М.А.Рунова	Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 4-5 лет	М: Просвещение, 2007
Ю.А.Кириллова	Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей младшей логопедической группы (ОНР)	Санкт-Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2006
И.В.Чупаха, Е.З.Пужаева, И.Ю.Соколова	Здоровьесберегающие технологии	Москва: «ИЛЕКСА», Ставрополь: «СЕРВИСШКОЛА», 2004

#### **IV. Дополнительное образование**

- 3.3. Программа физкультурно-оздоровительного кружка для детей 2-3 лет «Поиграй-ка!»** (см. Приложение 7)
- 3.4. Программа коррекционно-оздоровительной направленности «Вырасту здоровым!»** (работа с детьми с ОВЗ) (см. Приложение 8)
- 3.5. Программа спортивного кружка для детей 5-7 лет «Мастер-класс»** (см. Приложение 9)