

УТВЕРЖДАЮ:  
заведующий МДОБУ № 4  
\_\_\_\_\_ О. А. Гаранина

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

составлена на основе: основной образовательной программы  
дошкольного образования «От рождения до школы» под ред.  
С.Ю. Федорова , М.М. Борисова, Л.И. Пензулаева ,  
образовательной программы МДОБУ № 4

Срок реализации: 2022-2023 учебный год

инструктор по физической  
культуре Е.С. Попова.

станция Советская, 2022 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

### I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.1.1. Цели и задачи реализации РП.....	3-4
1.1.2. Принципы и подходы к формированию РП.....	4-5
1.1.3. Значимые для разработки РП характеристики.....	5-7
1.2. Планируемые результаты освоения РП.....	7-9
1.3. Оценка результатов освоения рабочей программы.....	9

### II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание образования по образовательной области « Физическое развитие».....	10
2.2. Формы, способы, методы и средства реализации РП.....	10-13
2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.....	13-18
2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы.....	18-19
2.5. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с участниками образовательных отношений.....	19-22

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.....	23-24
3.2. Паспорт развивающей предметно-пространственной среды физкультурного зала.....	24
3.3. Список литературы и методических пособий программы.....	24-25
3.4. Распорядок и режим дня.....	25
3.5. Календарно– тематический план физкультурно-оздоровительных развлечений и праздников согласно модели 2022-2023 года в МДОБУ № 4 .....	26

# І. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре (далее РП) разработана в соответствии Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении ФГОС дошкольного образования № 1155 от 17 октября 2013 года), основной образовательной программой дошкольного образования муниципального дошкольного образовательного бюджетного учреждения детский сад № 4 «Ромашка» станицы Советской муниципального образования Новокубанский район (далее ООП ДО МДОБУ № 4). А также с учётом следующей программы:

Таблица 1

### Программы, реализуемые инструктором по физической культуре

Название программы, автор	статус	Примечание
От рождения до школы. Основная образовательная программа дошкольного образования /под ред. М.М. Борисова, Л.И. Пензулаева С.Ю. Федорова –М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022	Основная образовательная программа  дошкольного образования	Реализуется в течение всего пребывания ребенка в детском саду

РП разработана на период 2022-2023 учебного года (с 01.09.2022 по 31.08.2023 года) на возрастные группы детей 2-7 лет. Срок реализации РП – 1 год.

Воспитание и обучение детей осуществляется на **русском языке** - государственном языке России. Образовательная деятельность осуществляется в течение всего времени пребывания воспитанников в МДОБУ № 4.

#### 1.1.1. Цель и задачи реализации РП

РП определяет содержание и организацию образовательного процесса по физическому развитию в группах:

Вторая группа раннего возраста (2-3 года)

Младшая группа (3-4 года)

Средняя группа (4-5 лет)

Смешанная дошкольная группа (5-6 лет)

Смешанная дошкольная группа (6-7 лет) МДОБУ № 4.

**Цель РП:** гармоничное физическое развитие; формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой; формирование основ здорового образа жизни.

**Одной из основных задач РП** является создание условий для правильного физического развития ребенка, обеспечение оптимального режима двигательной активности способствующего своевременному развитию моторных функций, правильному формированию важнейших органов и систем в соответствии с

возрастными особенностями дошкольников, с учетом сенситивных для развития определенных двигательных умений.

В процессе физического развития детей решаются следующие задачи.

Оздоровительные задачи:

1. Охрана жизни и укрепление здоровья
2. Обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;
3. Всестороннее физическое совершенствование функций организма
4. Повышение работоспособности и закаливание.

Образовательные задачи:

1. Формирование двигательных умений и навыков
2. Развитие физических качеств
3. Овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.

Воспитательные задачи:

1. Формирование интереса к занятиям физическими упражнениями и потребностью в них;
2. Разностороннее гармоничное развитие ребенка (не только физическое, но и умственное, нравственное, эстетическое, трудовое).

В соответствии с рабочей программой, основной формой работы является игровая деятельность. Физкультурные занятия носят игровой и развивающий характер, содержат разнообразные подвижные игры и игровые упражнения различной интенсивности и направленности.

### ***1.1.2. Принципы и подходы к формированию РП.***

Рабочая программа базируется на основных принципах ДО (см п.1.4. ФГОС ДО):

1. полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
2. построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);
3. содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
4. поддержка инициативы детей в различных видах деятельности
5. сотрудничество организации с семьей;
6. приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
7. формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
8. возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

9. учет этнокультурной ситуации развития детей.

В рабочей программе используются основные научные подходы, лежащие в основе ФГОС ДО:

1. Культурно-исторический подход.
2. Личностный подход.
3. Деятельностный подход.

### *1.1.3. Значимые для разработки РП характеристики*

#### **Климатические особенности региона**

При проектировании содержания Программы учитываются специфические климатические особенности региона, к которому относится Краснодарский край – юг России: время начала и окончания тех или иных сезонных явлений (листопад, таяние снега и т.д.) и интенсивность их протекания; состав флоры и фауны; длительность светового дня; погодные условия и т.д. Эти факторы с необходимостью учитываются при составлении плана воспитательно-образовательной работы в каждой из возрастных групп.

Максимальное использование благоприятных климатических и природных особенностей южного региона при проведении физкультурно-оздоровительной и воспитательно-образовательной работы, в соответствии с двумя временными периодами:

- холодный период: с 01 сентября по 31 мая. Составляется определенный режим дня и расписание организованной образовательной деятельности. С наступлением теплого времени (апрель - май, сентябрь-октябрь) увеличивается время пребывания детей на свежем воздухе за счет осуществления организованной образовательной деятельности на участке;

- теплый период: с 01 июня по 31 августа – летний оздоровительный период. Для него составляется другой режим дня, с целью максимально эффективного использования природных факторов оздоровления детей.

#### **Социокультурное окружение.**

Социокультурные особенности Кубани также не могут не сказаться на содержании психолого-педагогической работы в ДОУ. Знакомство с историческим и культурным наследием казачьего края, достопримечательностями, народными промыслами, выдающимися земляками, является эффективным механизмом воспитания гуманной, социально активной личности, учит ответственно и бережно относиться к богатству природы Кубани, её истории, культуре, и с уважением – к жителям края. Ведущие отрасли экономики (сельское хозяйство) обуславливают тематику ознакомления детей с трудом взрослых. Организация образовательной среды, направленной на обеспечение краеведческого образования, осуществляется с учетом реализации принципа культурно сообразности и регионализма, предусматривающего становление различных сфер самосознания ребенка на основе культуры своего народа, ближайшего социального окружения, на познании историко-

географических, этнических особенностей социальной, правовой действительности Кубанского региона, с учетом национальных ценностей и традиций в образовании.

Здание МДОБУ № 4 расположено на центральной улице станицы Советской Ленина. Рядом с детским садом имеется остановка общественного транспорта и место для парковки частных автомобилей. Данные условия позволяют родителям вместе с детьми легко добраться до детского сада. Рядом с детским садом находится МОБУСОШ № 10, МАУСШ «Надежда», что способствует тесному сотрудничеству.

Территория участка МДОБУ № 4 достаточно оснащена для организации прогулок и игр детей на открытом воздухе. На территории детского сада имеются разнообразные кустарники и деревья с постепенным периодом цветения, цветники, клумбы, водоем, фито огород, спортивная площадка, площадка по ПДД.

Каждая возрастная группа детей имеет свой участок с тенью навесами. Площадки обеспечены необходимым стационарным и выносным игровым оборудованием. Все групповые участки имеют свои цветники и участки для приобщения дошкольников к трудовой деятельности

#### **Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей.**

#### **Структура контингента воспитанников МДОБУ № 4 на 01.09.2022 г.**

МДОБУ № 4 обеспечивает воспитание, обучение и развитие детей с 2 лет до прекращения образовательных отношений. Режим работы: с 7.30 до 18.00.

В МДОБУ № 4 функционирует 4 группы. В группы принимаются воспитанники независимо от пола, расы, национальности, языка, происхождения, отношения к религии. Виды групп:

#### **• группы общеразвивающей направленности (10,5 часовые) – 4:**

- 1 группа раннего возраста (2 до 3 лет)
- 3 группы дошкольного возраста от 3 до 7 лет

По наполняемости группы соответствуют требованиям СанПиН и распределены по возрастам следующим образом:

№ группы	Наименование	Направленность	Возраст детей	Планируемая наполняемость
1	Вторая группа раннего возраста	Общеразвивающая	2 – 3 лет	10
2	Младшая группа	Общеразвивающая	3 – 4 лет	14
3	Средняя группа	Общеразвивающая	4 – 5 лет	18
4	Смешанная дошкольная группа	Общеразвивающая	5 – 7 лет	21

Возрастные особенности развития детей подробно раскрыты в используемой в ДОО основной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» (стр.245-254).

Вторую группу раннего возраста общеразвивающей направленности посещают дети от 2 до 3 лет. Возрастные особенности развития детей данной

группы подробно раскрыты в используемой в МДОБУ № 4 основной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» (стр. 245-246).

Младшую группу общеразвивающей направленности посещают дети от 3 до 4 лет. Возрастные особенности развития детей младшей группы подробно раскрыты в используемой в МДОБУ № 4 основной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» (стр.246-248).

Среднюю группу общеразвивающей направленности посещают дети от 4 до 5 лет. Возрастные особенности развития детей средней группы подробно раскрыты в используемой в МДОБУ № 4 основной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» (стр.248-250).

Смешанную дошкольную группу общеразвивающей направленности посещают дети в возрасте от 5 до 7 лет. Возрастные особенности развития детей старшей подготовительной к школе группы подробно раскрыты в используемой в МДОБУ № 4 основной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» (стр. 250-254).

## **1.2. Планируемые результаты освоения РП.**

Конечным результатом освоения ООП является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):

Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни

### **Общие показатели физического развития.**

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.

- Двигательные умения и навыки.
- Двигательно-экспрессивные способности и навыки.
- Навыки здорового образа жизни.

### **Планируемые результаты:**

Вторая группа раннего возраста:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Младшая группа:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

#### Средняя группа:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

#### Смешанная дошкольная группа 5-7 лет:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

### ***Планируемые результаты образовательной деятельности, отражающей социо-культурные особенности Краснодарского края (региональный компонент):***

- Ребенок проявляет интерес к малой родине: знает название края Краснодарский край, Кубань, города, улицы, на которой находится детский сад и дом.
- Знает и стремится выполнять правила поведения в городе.
- Ребенок проявляет любознательность по отношению к малой родине, её истории, необычным памятникам, зданиям.

- С удовольствием включается в проектную деятельность, детское коллекционирование, созданием мини-музеев, связанных с познанием малой родины.
- Ребёнок проявляет инициативу в социально значимых делах: участвует в социально значимых событиях: проектах, акциях, переживает эмоции, связанные с событиями военных лет и подвигами земляков, стремится выразить позитивное отношение к пожилым людям.
- Отражает свои впечатления о малой родине в предпочитаемой деятельности: рассказывает, изображает, воплощает образы в играх, разворачивает сюжет.
- Ребенок проявляет интерес к культуре своего народа, русской народной культуре, культуре кубанских казаков, знакомству с культурами различных этносов, населяющих Кубань и нашу страну в целом.
- Ребенок называет свою национальную принадлежность, знает народы, национальности как их населяют Кубань, проявляет интерес к национальному разнообразию людей своей страны и мира, стремление к знакомству с их культурой.
- Ребенок проявляет интерес к русским народным подвижным играм, казачьим народным подвижным играм, знаком с некоторыми народными подвижными играми различных этносов, населяющих Кубань и нашу страну в целом.

### **1.3. Оценка результатов освоения рабочей программы**

При реализации РП может производиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста), связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования. Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

1. Индивидуализация воспитания и обучения
2. Оптимизация работы с группой детей

Данная педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности два раза в год в сентябре и мае. Инструментарием для педагогической диагностики являются карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка.

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Содержание образования по образовательной области «Физическое развитие»

#### Формы организации детей

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

#### Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) – с. 131

Младшая группа (от 3 до 4 лет) – с.132

Средняя группа (от 4 до 5 лет) – с. 132-133

Смешанная дошкольная группа (от 5 до 7 лет) – с.133

#### ➤ *Часть, формируемая участниками образовательных отношений.*

#### **Физическое развитие**

- *Национальные игры, рассказы о спортивных достижениях спортсменов страны.*

- *Проведение фольклорных праздников, конкурсов и выставок детского творчества, посвящённых знаменательным датам и православным праздникам.*

#### Перспективное планирование (приложение 1)

### 2.2. Формы, способы, методы и средства реализации РП.

#### **Принципы физического развития:**

##### 1) *Дидактические:*

- систематичность и последовательность;
- развивающее обучение;
- доступность;
- воспитывающее обучение;
- учет индивидуальных и возрастных особенностей;
- сознательность и активность ребенка;
- наглядность.

##### 2) *Специальные:*

- непрерывность;
  - последовательность наращивания тренирующих воздействий;
  - цикличность.
- 3) *Гигиенические:*
- сбалансированность нагрузок;
  - рациональность чередования деятельности и отдыха;
  - возрастная адекватность;
  - оздоровительная направленность всего образовательного процесса;
  - осуществление лично - ориентированного обучения и воспитания.

## НАПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

<p>Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- связанной с выполнением упражнений;</li> <li>- направленной на развитие таких физических качеств, как координация движений и гибкость;</li> <li>- способствующей правильному формированию опорно – двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики;</li> <li>- связанной с правильными, не наносящими вреда организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)</li> </ul>	<p>Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере</p>	<p>Становление ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)</p>
--	--	--

### Методы физического развития:

#### 1) *Наглядные:*

- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя).

#### 2) *Словесные:*

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям;

- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.

### 3) *Практические:*

- Повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- Проведение упражнений в игровой форме;
- Проведение упражнений в соревновательной форме.

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического развития:**

- Гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
- Естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;
- Физические упражнения, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

### **Формы физического воспитания**

- Самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей.
- Физкультурные занятия
- Подвижные игры
- Утренняя гимнастика
- Спортивные игры, развлечения, праздники и соревнования
- Физкультурные упражнения на прогулке
- Физкультминутки
- Игровой практикум
- Закаливающие процедуры
- Гимнастика пробуждения
- Малая олимпиада
- День здоровья
- Малый (упрощенный) туризм
- Соревнования в определенном (адаптированном для дошкольников) виде спорта
- Физкультурный праздник
- Эстафеты, этюды: по ритмике, пластике, пантомиме, оздоровительной хореографии, физкультурные коррекционные этюды.

Если в регионе неблагоприятная эпидемиологическая обстановка, существует высокий риск заражения детей инфекционными заболеваниями, в том числе корона вирусной инфекцией, любые формы работы с детьми, которые

предполагают массовость, например, концерты, общесадовые праздники, спортивные соревнования, выездные экскурсии и другие, запрещаются. (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020г. №16, Требования Роспотребнадзора от 08.05.2020г. №02/8900-2020-24)

### **2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.**

#### **Описание форм, способов, методов и средств реализации РП с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.**

2-3 года

- организованная образовательная деятельность;
- развивающая игровая деятельность;
- подвижные игры;
- спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;
- игровые беседы с элементами движений;
- разные виды гимнастик;
- закаливающие процедуры;
- физ. минутки, динамические паузы;
- чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций;
- двигательная активность в течение дня.

3-4 лет

- организованная образовательная деятельность;
- развивающая игровая деятельность;
- подвижные игры;
- спортивные игры и упражнения;
- спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;
- игровые беседы с элементами движений;
- разные виды гимнастик;
- закаливающие процедуры;
- физ. минутки, динамические паузы;
- чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций;
- двигательная активность в течение дня.

4-5 лет

- организованная образовательная деятельность;
- развивающая игровая деятельность;
- подвижные игры;
- спортивные игры и упражнения;
- спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;
- игровые беседы с элементами движений;
- разные виды гимнастик;
- закаливающие процедуры;
- физ. минутки, динамические паузы;
- чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций;
- двигательная активность в течение дня.

5-7 лет

- организованная образовательная деятельность;
- развивающая игровая деятельность;
- подвижные игры;
- спортивные игры и упражнения;
- спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;
- игровые беседы с элементами движений;
- разные виды гимнастик;
- закаливающие процедуры;
- физ. минутки, динамические паузы;
- чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций;
- двигательная активность в течение дня.

### **Структура физкультурного занятия в спортивном зале**

В каждой возрастной группе физкультура проводится 2 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Продолжительность занятия по физической культуре:

до 10 мин. – вторая группа раннего возраста

15-20 мин. – младшая группа

20-25 мин. - средняя группа

25 - 35 мин. – смешанная дошкольная группа

Из них вводная часть:

(беседа вопрос - ответ «Здоровье», «Безопасность»):

1 мин. – вторая группа раннего возраста,

1,5 мин. - младшая группа,

2 мин. - средняя группа,

3 - 4 мин. – смешанная дошкольная группа.

(разминка):

1 мин. – вторая группа раннего возраста,

1,5 мин - младшая группа,

2 мин. - средняя группа,

3- 4 мин. – смешанная дошкольная группа,

Основная часть (обще развивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра):

До 6 мин. – вторая группа раннего возраста,

11 мин. - младшая группа,

15 мин. - средняя группа,

17 - 19 мин. – смешанная дошкольная группа,

Заключительная часть (игра малой подвижности):

1 мин. – вторая группа раннего возраст,.

1 мин. – младшая группа,

1 мин. - средняя группа,  
2– 3 мин. – смешанная дошкольная группа.

### **Структура оздоровительно-игрового часа на свежем воздухе**

Третье физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под строгим контролем инструктора по физической культуре в соответствии с учебным планом. При составлении конспектов оздоровительно-игрового часа инструктором по физической культуре учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весенне-летний период и ее снижение в осенне-зимний период.

**Оздоровительная разминка** (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки)

1,5 мин. - младшая группа,  
2 мин. - средняя группа,  
3 мин. – смешанная дошкольная группа,

**Оздоровительно-развивающая тренировка** (развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре)

13,5 мин. - младшая группа,  
18 мин. - средняя группа,  
22 - 26 мин. – смешанная дошкольная группа.

### **Формы организации двигательной деятельности**

В работе с детьми применяются 6 основных форм организации двигательной деятельности в режиме дня, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

1 — традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер),

2 — тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),

3— игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),

4 — сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений),

5 — с использованием тренажеров (спортивная перекладина, гимнастическая стенка, велотренажер, беговая дорожка, гимнастическая скамья, батут, диск здоровья и т.п.),

6 — по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок.

Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников.

Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой. Для полной реализации программы укрепляется материально-техническая и учебно - спортивная база, проводится спортивные соревнования.

В образовательной деятельности по физической культуре различают разнообразные виды деятельности, выполняющие свои цели и задачи: **ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ** направлены на развитие координационных способностей, гибкости и подвижности в суставах, укрепление отдельных мышц или их групп, недостаточное развитие которых мешает овладению совершенной техникой бега. Данный материал используется для развития основных физических качеств.

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, с взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в садах; выпады и полу шпагаты на месте; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя на месте и при передвижениях.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через препятствие; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), 33 прыжки вверх-вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик.

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробег коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений;

челночный бег; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля мяча среднего диаметра в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); равномерный 3-х минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение много скоков; повторное преодоление препятствий (15-20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полу приседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

**Физкультурно-оздоровительная деятельность** направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта и на тренажерах, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. По этому направлению разработаны:

- комплексы утренней гимнастики
- комплексы физкультминуток
- комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп
- комплексы дыхательных упражнений
- гимнастика для глаз и т. п.

**Спортивно-оздоровительная деятельность** направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.

*Организующие команды и приемы:* строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

*Акробатические упражнения:* упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты.

*Упражнения на низкой гимнастической перекладине:* висы, пере махи.

*Опорный прыжок:* с места через гимнастическую скамейку, держась двумя руками за край скамейки.

*Гимнастические упражнения прикладного характера.* Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезание, пере ползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

*Беговые упражнения:* с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

*Прыжковые упражнения:* на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

*Броски:* большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

*Метание:* малого мяча в вертикальную цель и на дальность правой и левой рукой поочередно.

*Подвижные и спортивные игры:* игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию; с прыжками, бегом, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту; на материале футбола: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; на материале баскетбола: ведение мяча; броски мяча в корзину.

**Физкультурно-досуговые мероприятия** направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

Физкультурные досуги и праздники проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

#### **2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы**

Формирование самостоятельности в двигательной деятельности проводится в несколько этапов:

- первый этап - побуждение детей к выделению составных частей физического упражнения, запоминанию последовательности двигательного действия и пониманию взаимосвязи различных элементов (например: взмах руками для увеличения силы толчка). Главное достижение на этом этапе - произвольное управление работой отдельных частей тела и их согласование, умение действовать по плану, предложенному взрослым.

- второй этап - знакомство с различными способами выполнения одного и того же движения. Главное достижение этого этапа - понимание стоящей двигательной задачи, умение руководствоваться в своих действиях определенным планом, предвидеть результат.

- третий этап - формирование самостоятельности при выполнении движений, умения ставить двигательную задачу по собственной инициативе и выбирать нужный способ для ее решения. Главное достижение на этом этапе - движение осознается как средство решения различных игровых задач, а не как самоцель выполнения.

- четвёртый этап – происходит овладение выбором способа двигательного действия в зависимости от условий, ситуации и индивидуальных особенностей (роста, скоростных способностей). Сначала в специально созданных условиях, а затем в игровой обстановке и жизненных ситуациях ребенок приобретает опыт действия известными способами в измененных обстоятельствах, включая и ситуации соревнования.

В ходе такого обучения дети учатся:

- ставить задачу
- передавать направления движения
- планировать
- оценивать себя и других
- называть упражнения в целом и его элементы
- сравнивать

В результате чего, появляется интерес к физическим упражнениям и проявляется самостоятельность дошкольника в их выполнении.

Развитию инициативы детей дошкольного возраста в физическом развитии очень способствуют подвижные игры. Они будят мышление и дух ребенка, активизируют его ресурсы и потенциалы. Кроме того, очень важным является тот момент, когда ребенок сам инициирует игру – с взрослым или другими детьми.

## **2.5. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с участниками образовательных отношений**

### **Модель организации совместной деятельности с воспитанниками ДОО**

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - форм организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

### **Особенности организации образовательной деятельности:**

- организация образовательной деятельности без принуждения; ненасильственные формы организации;
- присутствие субъектных отношений педагога и детей (сотрудничество, партнерство);
- игровая цель или другая интересная детям;
- преобладание диалога воспитателя с детьми;
- предоставление детям возможности выбора материалов, оборудования, деятельности;
- приемы развивающего обучения.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха, создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей. Поэтому,

кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, каждое ДОУ составляет модель двигательного режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную.

Так же, включение в программу обучения подвижных игр, эстафет с региональным компонентом на занятиях, утренней гимнастики, в совместных развлечениях с родителями и т. д. способствует умению детей выражать свое настроение в традициях народов Кубани и эмоционально откликаться на них, определять характер и настроение.

Вариативность совместной деятельности инструктора по физической культуре с детьми

- классическая структура; сюжетно-ролевая;
- музыкально-ритмическая;
- познавательная (фольклор, Олимпийское движение и др.);
- игровая (на основе подвижных игр)

### **Модель организации совместной деятельности инструктора по физической культуре со специалистами ДОУ**

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

#### **Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя**

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей, чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого, используя гендерный подход. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять во время проведения утренней гимнастики и в повседневной жизни детей:

- использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание.

- взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а так же в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности.

- формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности.

- помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.

- активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

#### **Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского**

## **работника**

Основными проблемами, требующими совместной деятельности, прежде всего, являются:

1. Физическое состояние детей посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей);
2. Профилактика заболеваний ОДА, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем;
3. Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности.

### **Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя**

Музыка воздействует:

- на эмоции детей;
- создает у них хорошее настроение;
- помогает активировать умственную деятельность;
- способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
- привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

### **Взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями воспитанников ДОУ**

Работа с семьями дошкольников основывается на привлечении к полноценному участию родителей в образовательной деятельности ДОУ:

- выступление на родительских собраниях с опытом работы по оздоровлению детей средствами физической культуры;
- просмотр физкультурно-оздоровительных мероприятий и их анализ;
- участие в тематических досугах и праздниках.

**Цель** работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников — консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье.

**Задачи** взаимодействия педагога с семьёй дошкольника:

1. Познакомить родителей с особенностями развития ребенка, приоритетными задачами его физического развития, методикой укрепления здоровья, правилами безопасного поведения.
2. Включать родителей в игровое общение с ребенком, помочь им построить партнерские отношения с ребенком.
3. Совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности.

### **Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников**

Ведущая цель взаимодействия МДОБУ № 4 с семьями воспитанников —

сделать родителей активными участниками образовательного процесса, оказав им помощь в реализации ответственности за воспитание и обучение детей.

**Основные задачи** взаимодействия детского сада и семьи:

- постоянно изучать запросы и потребности семей, находящихся в сфере деятельности дошкольной образовательной организации;
- повышать психолого-педагогическую компетентность родителей по актуальным вопросам воспитания и развития дошкольников;
- убеждать родителей в необходимости соблюдения единого с организацией режима дня для ребёнка дошкольного возраста;
- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами и детьми мероприятиях, организуемых в детском саду и городе.

**Перспективный план работы с родителями на год** (см. приложение 2).

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

1.  
2.  
3.

#### 3.1. Особенности организации развивающей предметно -пространственной среды

В связи с введением в практику работы дошкольных учреждений федеральных государственных образовательных стандартов к структуре основной общеобразовательной программы создание развивающей предметно-пространственной среды в спортивном зале, в центрах двигательной активности, на спортивной и прогулочных площадках нашего ДООУ строится по принципу трансформируемости, полифункциональности, вариативности, доступности и безопасности.

Двигательная среда в детском саду включает в себя спортивный зал, центры двигательной активности в групповых помещениях, прогулочные площадки, 2 спортивные площадки. Физкультурное оборудование подобрано с учетом программных задач и рационального размещения, что обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала. Организацию развивающей среды по физическому развитию строится с учетом ФГОС таким образом, чтобы дать возможность наиболее эффективно развивать индивидуальность каждого ребёнка с учётом его склонностей, интересов, уровня активности.

Физкультурные центры по реализации двигательной активности в групповых помещениях эстетически оформлены, целесообразно размещены, насыщены и имеют разнообразные пособия и физкультурное оборудование в достаточном количестве: мячи различного диаметра и из разных материалов, обручи, мешочки, кольцоброс, кегли, массажные дорожки, косички, ленточки и др. А также всевозможные настольные дидактические игры по формированию интереса к физической культуре, спорту, здоровому образу жизни. Все пособия легко трансформируются, превращаясь из спортивного в игровое. Дети имеют свободный доступ к инвентарю, играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающих все основные виды деятельности.

Среда обогащается элементами, стимулирующими познавательную, эмоциональную, двигательную деятельность детей, имеет сменный и постоянно пополняемый и обновляемый характер, приспособляемый к новообразованиям детей определенного возраста.

Наряду с традиционными пособиями в детском саду активно используется нестандартное физкультурное оборудование, изготовленное руками педагогов и родителей. Данное оборудование помогает поддерживать интерес к физкультурным упражнениям.

На территории детского сада имеется футбольная площадка, яма с песком для прыжков, баскетбольные кольца, гимнастическая стенка, бум, рукоход, конструкции для метания в цель, спортивный комплекс.

Развивающая предметно-пространственная среда (РППС) физкультурного зала соответствует критериям ФГОС ДО и обеспечивает комфортные и безопасные условия для физического развития детей, осуществления игровой и двигательной активности. Физкультурный зал оснащен стационарным и мобильным, традиционным и нетрадиционным оборудованием. Физкультурное оборудование и пособия, размещены вдоль стен, максимально освобождая полезную площадь зала для самостоятельной двигательной активности детей, организации подвижных игр и упражнений с использованием различных выносных пособий. Пособия расположены в строго отведенных для них местах – открытых стеллажах для свободного доступа детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья.

Материалы физкультурного зала полифункциональные, легко комбинируются, позволяют трансформировать пространство в зависимости от образовательной ситуации и организационных форм работы (фронтальной, подгрупповой и индивидуальной), создавать новые варианты занятий, комплексов утренней гимнастики, усложнять задания в подвижных и спортивных играх и упражнениях.

РППС физкультурного зала укомплектована с учётом реализуемых программ ДОУ, индивидуальных особенностей развития детей (антропометрических, возрастных и гендерных) для осуществления полноценной самостоятельной и совместной деятельности ребёнка с взрослым и сверстниками.

### **3.2. Паспорт развивающей предметно-пространственной среды физкультурного зала (см. Приложение 3)**

### **3.3. Список литературы и методических пособий**

#### **Программы:**

От рождения до школы. Основная образовательная программа дошкольного образования /Под ред. Л.И. Пензулаевой, М.М. Борисовой, С.Ю. Федоровой – М.: Мозаика-Синтез, 2022 г.

#### **Программно-методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие»**

Федорова С.Ю. Физическая культура в детском саду. Вторая группа раннего возраста. — М.: Мозаика-Синтез, 2022

Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Младшая группа. — М.: Мозаика-Синтез, 2022

Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Средняя группа. — М.: Мозаика-Синтез, 2022

Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Старшая группа. — М.: Мозаика-Синтез, 2022

Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа. — М.: Мозаика-Синтез, 2022

### 3.4. Распорядок и режим дня

Режим пребывания детей в ДОУ разработан на основе санитарно - эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.1.3049-13.

В режим включена физкультурно-оздоровительная деятельность в течение всего дня (гимнастика, подвижные игры и т. д.). В летний период года все режимные процессы проводятся на участке (утренняя гимнастика, образовательная, оздоровительная и игровая деятельность).

#### Учебный план проведения физкультурных занятий на 2022– 2023 год

	Продолжительность ООД	Кол-во ООД			Физ. досуги	Физ. праздники
		неделя		год		
		зал	улица			
Вторая группа раннего возраста	10 мин.	3	-	107	20 мин. 1 раз в месяц	-
Младшая группа	15-20 мин.	2	1	96	20 мин. 1 раз в месяц	2 раза в год 40-50 мин.
Средняя группа	20-25 мин.	2	1	96	30 мин. 1 раз в месяц	
Смешанная дошкольная группа 5-6 лет	25-30 мин.	2	1	96	30 мин. 1 раз в месяц	
Смешанная дошкольная группа 6-7 лет	30-35 мин.	2	1	96	30 мин. 1 раз в месяц	

#### Расписание ООД по физической культуре на 2022 – 2023 год

День недели	2 группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Смешанная подготовительная группа 5-6 лет	Смешанная подготовительная группа 5-6 лет
Понедельник	9.20-9.30	9.20-9.35		9.55-10.20	10.00-10.30
Вторник	9.20-9.30	9.20-9.35	9.50-10.10		
Среда				9.55-10.20	10.00-10.30
Четверг	9.20-9.30	9.20-9.35	9.50-10.10		
Пятница			9.50-10.10	9.20-9.45	10.00-10.30

**3.5. Календарно-тематический план  
физкультурно-оздоровительных развлечений и праздников  
согласно модели 2022-2023 года в МДОБУ № 4**

Месяц	2 группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Смешанная дошкольная группа
сентябрь	Развлечен. «Собираем урожай»	Развлечение «Собираем урожай»	Досуг «Собираем урожай»	Досуг «Собираем урожай»
октябрь	Развлечение «Наш друг светофор»	Развлечение «Наш друг светофор»	Развлечение «Красный, желтый, зеленый»	Развлечение «Красный, желтый, зеленый»
ноябрь	Досуг «Праздник воздушных шаров»	Досуг «Подарок другу»	Досуг «День флага»	Досуг «День флага»
декабрь	Досуг «Зимние забавы»	Досуг «Зимние забавы»	Весёлые старты «Зимние забавы»	
январь	«Зимние забавы, олимпиада»	«Зимние забавы, олимпиада»	«Зимние забавы, олимпиада»	«Зимние забавы, олимпиада»
февраль	Досуг «Я расту здоровым»		Викторина – развлечение «Если хочешь быть здоров!»	Викторина – «Если хочешь быть здоров!»
март	Физкультурный досуг «Птички прилетели»	Физкультурный досуг «Птички прилетели»	Викторина «День леса»	
апрель	Физкультурный досуг «Всемирный день здоровья»	Физкультурный досуг «Мы за здоровый образ жизни»	Развлечение «Всемирный день здоровья»	
	Неделя здоровья	Неделя здоровья	Неделя здоровья	Неделя здоровья
май	«Весёлые лягушата»	Физкультурный досуг «День победы-9 мая»	Физкультурный досуг «Тяжело в учении, легко в бою»	Физкультурный досуг «Тяжело в учении, легко в бою»