

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа им М К Овсянникова с. Исаклы муниципального
района Исаклинский Самарской области

ПРИНЯТА

На педагогическом совете
Протокол № 1
От 30.08 2018 г.

УТВЕРЖДАЮ

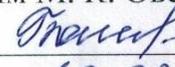
Директор ГБОУ СОШ им.
М.К. Овсянникова с. Исаклы
 Е.Н. Нестерова
Приказ № 169-к-02 от 30.08 2018 г.



**Рабочая программа совместной деятельности педагога с детьми 6-7 лет
подготовительной группы компенсирующей направленности
по направлению «Физическое развитие»
(срок реализации один учебный год)**

Инструктор по физической культуре
СП «Детский сад Аленушка» ГБОУ
СОШ им. М.К. Овсянникова с. Исаклы
Куличева О.С.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
СП «Детский сад Аленушка» ГБОУ СОШ
им М. К. Овсянникова с. Исаклы
 Е.В. Башкирова
от 30.08 2018 г.

с. Исаклы, 2018

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. Целевой раздел**
 - 1.1. Пояснительная записка**
 - 1.2. Нормативно- правовые документы для разработки программы**
 - 1.3. Цель и задачи программы**
 - 1.4. Принципы и подходы в организации образовательного процесса**
 - 1.5. Возрастные особенности детей подготовительной группы**
 - 1.6. Планируемые результаты освоения программы**
- 2. Содержательный раздел**
 - 2.1. Структура организации образовательной области «Физическое развитие»**
 - 2.2. Годовой круг тем в старшей группе компенсирующей направленности**
 - 2.3. Перспективное планирование работы в старшей группе компенсирующей направленности по направлению «Физическое развитие»**
- 3. Организационный раздел**
 - 3.1. Режим дня в подготовительной группе компенсирующей направленности (теплый, холодный период)**
 - 3.2. Календарно-тематическое планирование по физической культуре в подготовительной группе компенсирующей направленности на день**
 - 3.3. Перечень методических пособий обеспечивающих реализацию образовательной деятельности по направлению «Физическое развитие»**
- 4. Приложение 1**
- 5. Приложение 2**
- 6. Приложение 3**
- 7. Приложение 4**

1. Целевой раздел

Пояснительная записка

Уже в дошкольном возрасте многие дети имеют нарушения речи, задержанное психическое развитие.

Эти дети не могут и не должны быть изолированы от сверстников. Дошкольное учреждение, как первое звено непрерывного образования, предполагает выбор альтернативных форм и методов организации учебно-воспитательного процесса.

Главное направление работы дошкольного учреждения – создание максимально комфортных условий для всестороннего развития личности с учетом индивидуальных, физиологических, психических и интеллектуальных возможностей ребенка, развитие способности к адаптации в социуме.

Проект программы разработан с целью повышения эффективности работы по физическому воспитанию детей с общим недоразвитием речи.

Программа направлена на развитие физических умений и ритмических способностей у ребенка с общим недоразвитием речи и предусматривает координацию работы всех специалистов образовательного учреждения

Наличие речевого дефекта у детей параллельно приводит к ярко выраженным изменениям основных показателей физического и психического развития.

Физическое развитие детей с ограниченными возможностями здоровья имеет свои особенности. Эти дети быстро утомляются, у них наблюдается мышечная напряженность, нарушение общей моторики, общая скованность и замедленность выполнения движений, дискоординация, нарушение ориентировки в пространстве, нарушение осанки, плоскостопие, замедленность процесса освоения основных движений, отставание в показателях основных физических качеств, силы, ловкости, скорости.

Нарушение речевого дефекта параллельно приводит и к ярко выраженным изменениям основных показателей и психического развития ребенка. Патология в психической сфере, прежде всего, проявляется в отставании познавательных процессов: восприятия, внимания, памяти и мышления. Таким детям свойственно неумение слушать, низкий уровень восприятия, слабая концентрация внимания.

Традиционные физкультурные занятия однообразны, так как подчиняются определенной жесткой методике их проведения, не развивают интерес детей к спорту, в ходе их трудно выявить способности и склонности детей, еще труднее их развить. Нормативы физической подготовленности не учитывают уровень физического развития детей, запас их сил и состояние здоровья. Занятия не решают проблему тренировки сердечно-сосудистой системы, терморегуляционного аппарата, следовательно не дают должного эффекта в укреплении здоровья дошкольников.

Разрабатывая систему физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья, мы руководствовались данными исследованиями лаборатории Аршавского, изучили работы педиатра и педагога Ю.Ф.Змановского, взгляды Н.М.Амосова на проблемы воспитания здорового ребенка. Научным ориентиром нашей работы стали теоретические положения о взаимосвязи физического и психического в онтогенезе, о значении моторики в психическом и личностном развитии ребенка, учете сензитивных периодов, а также о деятельном подходе в развитии (Л.С.Выготский, А.Н.Леоньбеv, А.Р.Лурия).

Взяв за основу программы В.Г.Алямовской для часто болеющих детей «Здоровье», Т.Л.Шахомировой «Расти, здоровым малыш», которая ориентирована на работу с детьми и родителями по оздоровлению детей.

Разработанная система физкультурной работы в коррекционных группах должна органически входить в жизнь детского сада, и решать задачи физического развития детей с ограниченными возможностями.

Вся работа по физическому воспитанию строится с учетом физической подготовленности детей. Основой для выявления уровня физического развития дошкольников, является педагогическая диагностика состояния здоровья и уровня физической подготовленности.

Физкультурные занятия эффективны только в том случае, если они не ущемляют индивидуальность ребенка, направлены на реализацию склонностей, потребностей и учитывают индивидуальные различия.

В соответствии с этим физкультурные занятия стоят на двух основаниях: планировании, направленном на усвоение детьми определенного содержания программы, и своеобразной педагогической импровизации, посредством которой варьируется содержание, формы и методы, в каждой конкретной ситуации взаимодействия с ребенком.

Сочетание этих подходов невозможно при проведении фронтальных занятий и требует работы с детьми по подгруппам и индивидуально.

Все занятия ориентированы на формирование у ребенка позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.

Данная рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155), на основе основной общеобразовательной программы дошкольного образования на основе ФГОС

дошкольного образования СП «Детский сад «Аленушка» ГБОУ СОШ им. М.К.Овсянникова с. Исаклы (Приказ № 175-3 от 15.08. 2015г.)

Нормативно- правовые документы для разработки программы:

1. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
2. Конвенция о правах ребенка ООН;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013г. №26 «Об утверждении СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»»
4. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155)
5. Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении Порядка организации осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»
6. Основная общеобразовательная программа дошкольного образования СП «Детский сад «Аленушка» ГБОУ СОШ им. М.К.Овсянникова с. Исаклы (Принято педагогическим советом, протокол №1 от 31.08.2014г., Приказ № 175-3 от 15.08. 2014г.)
7. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» (под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой). М.: Мозаика – Синтез, 2015г
8. Примерная парциальная программа «Физическое воспитание в детском саду» Программа и методические рекомендации. Для занятий с детьми 2-7 лет. Э.Я. Степаненкова. – М.: МОЗАИКА –СИНТЕЗ, 2009г
9. Примерная парциальная программа «Здоровье» В.Г.Алямовская Н.Новгород 1993 год

Цель: построение системы коррекционно-развивающей работы на занятиях по физкультуре для детей с общим недоразвитием речи.

Задачи:

- Формировать полноценные двигательные навыки;
- Устранять нескоординированные, скованные, недостаточно ритмичные движения ребенка;
- Осуществлять коррекцию имеющихся нарушений опорно-двигательного аппарата;
- Формировать правильную осанку.
- Учить детей правильному дыханию;
- Развивать зрительную и слуховую память;
- Развивать координацию движений рук, мелкой моторики;
- Развивать ориентировку в пространстве;
- Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью;

Принципы и подходы в организации образовательного процесса:

Программа направлена на:

- реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;
- реализацию принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников;
- построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми (игра);
- соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

Основные принципы физкультурной работы в группе компенсирующей направленности

- Принцип научности - подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
- Принцип активности и сознательности - участие всего педагогического коллектива в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей.
- Принцип дифференциации содержания педагогического процесса – педагогический процесс необходимо ориентировать на индивидуальные

особенности каждого ребенка, темпы развития и физические возможности детей.

Принципы построения программы по ФГОС:

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

Возрастные особенности детей подготовительной группы

В течение седьмого года жизни продолжается интенсивное созревание организма ребенка, повышение уровня его морфологического и функционального развития. Начинают меняться пропорции тела, форма его отдельных частей. Это связано с тем, что окружность грудной клетки, талии, бедер возрастает. К 7-ми годам рост детей в среднем достигает 125 см, вес — 23,5 кг, окружность грудной клетки — 60 см. Вес мозга увеличивается, приближается к завершению общее развитие нервной ткани. Размеры поверхности коры головного мозга к 7-ми годам достигают 80—90% размеров поверхности коры взрослого человека. Наряду с общим ростом происходит дальнейшее анатомическое формирование тканей и органов. Продолжается созревание тонких структур лобных долей мозга, от которых зависит возможность выполнения детьми серии взаимосвязанных целенаправленных действий. Происходит дальнейшее окостенение скелета и наращивание массы мышц, что создает условия для успешного выполнения детьми более интенсивных, чем ранее, физических нагрузок. Увеличивается объем и

совершенствуется строение органов дыхания и кровообращения. Одновременно происходит дальнейшее функциональное развитие всех основных систем организма: нервной, сердечно-сосудистой, двигательной и др. Они начинают работать физиологически более слаженно и экономно, с меньшими, чем раньше, затратами энергии в ответ на такую же физическую или психическую нагрузку. Заметно усиливается регулирующая роль коры больших полушарий головного мозга, ее контролирующая функция по отношению к работе всех систем. Речь интенсивно развивается и начинает оказывать все большее влияние на деятельность организма и поведение ребенка.

Это создает необходимые нейрофизиологические предпосылки для обучения детей более сложным знаниям и умениям, для формирования более сложных видов познавательной деятельности.

На седьмом году жизни движения детей становятся более точными и координированными. Возможности формирования таких качеств, как сила, быстрота, выносливость и ловкость, возрастают. Появляются собранность, выдержка, умение «проиграть» элементы движения в уме. Самостоятельная двигательная активность детей увеличивается, особенно у мальчиков. В связи с ростом двигательных возможностей дети 6—7-ми лет охотно участвуют в подвижных играх с правилами, требующими выполнения сложных движений по показу и словесному объяснению, а также в играх с элементами соревнования, развивающими интерес детей не только к достижению результата, но и к качеству выполняемого действия. Наряду с основными видами движений у детей развиваются тонкие движения кисти и пальцев рук. Это существенно расширяет возможности осуществления детьми продуктивных видов деятельности.

Значительно повышается физическая и умственная работоспособность детей. К 7-ми годам длительность непрерывной продуктивной работы возрастает до 25—30 минут. При этом общий ее объем (по сравнению с объемом работы детей 4—5 лет) увеличивается в 2—2,5 раза. Однако следует учитывать, что дети значительно отличаются друг от друга по уровню работоспособности. Он зависит от степени подготовленности ребенка к умственным и физическим нагрузкам, общей выносливости организма, состояния здоровья и индивидуальных особенностей.

Планируемые результаты освоения программы. Целевые ориентиры.

К целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка:

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и

др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;

ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;

у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими; ребенок владеет элементарными нормами и правилами здорового образа жизни; 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;

ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет

Планируемые результаты освоения программы:

- улучшение координации движений;
- улучшение ориентировки в пространстве;
- улучшение концентрации внимания;
- расширение объема двигательных умений и навыков

Образовательная область «Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах поведения 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 координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки). 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).

2. Содержательный раздел

Список детей подготовительной группы компенсирующей направленности (Приложение 1)

Состояние здоровья воспитанников (группы здоровья) (Приложение 2)

**Структура организации образовательной области
«Физическое развитие»**

Структура организации образовательной области «Физическое развитие»

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

Сохранение, укрепление и охрана здоровья 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, самооценке 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.

(от 6 до 7 лет)

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры.

Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость,

гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве;
самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками,
справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.
Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.
Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Перечень основных движений. Подвижных игр и упражнений

(от 6 до 7 лет)

Основные движения

Ходьба.

Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедро), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе.

Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

Упражнения в равновесии.

Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег.

Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2–3 минут. Бег со средней скоростью на 80–120 м (2–4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3–5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5–7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье.

Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и

отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35–50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки.

Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5–6 м, с зажатым между ног мешочком с песком.

Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180–190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25–30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание.

Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3–4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6–12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4–5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами.

Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый-второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика.

Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса

Поднимать рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2—3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.

Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа.

Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась за опору.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.

Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения.

Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Выполнять общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т. п.

Спортивные упражнения

Катание на санках.

Во время спуска на санках с горки поднимать заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания (проехать в воротца, попасть снежком в цель, выполнить поворот). Участвовать в играх-эстафетах с санками.

Скольжение.

Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки.

Ходьба на лыжах.

Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2–3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить.

Игры на лыжах.

«Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

Катание на коньках.

Самостоятельно надевать ботинки с коньками. Сохранять равновесие на коньках (на снегу, на льду). Принимать правильное исходное положение (ноги слегка согнуты, туловище наклонить вперед, голову держать прямо, смотреть перед собой). Выполнять пружинистые приседания из исходного положения. Скользить на двух ногах с разбега. Поворачиваться направо и налево во время скольжения, торможения. Скользить на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь. Кататься на коньках по прямой, по кругу, сохраняя при этом правильную позу.

Игры на коньках

«Пружинки», «Фонарики», «Кто дальше?», «Наперегонки», «Пистолетик», «Бег по кругу вдвоем» и др.

Катание на велосипеде и самокате.

Кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

Игры на велосипеде.

«Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

Плавание.

Выполнять вдох, затем выдох в воду (3—10 раз подряд). Погружаться в воду с головой, открывать глаза в воде. Скользить на груди и спине, двигать ногами (вверх-вниз). Передвигаться по дну водоема на руках.

Плавать с надувной игрушкой или кругом в руках. Разучивать движения руками. Попытаться плавать без поддержки. Проплыть произвольным стилем 10–15 м. Выполнять разнообразные упражнения в воде.

Игры на воде.

«На буксире», «Медуза», «Поплавок», «Тюлени», «Лягушки», «Смелые ребята» и др.

Гидроаэробика.

Выполнять различные комплексы гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4—5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит. Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаться в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу. Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по шайбе с места и после ведения. Бадминтон. Перебрасывать волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку). Свободно передвигаться по площадке во время игры. Элементы настольного тенниса. Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену (правильно держа ракетку). Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.

Подвижные игры

С бегом.

«Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

С прыжками.

«Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

С метанием и ловлей.

«Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

С ползанием и лазаньем.

«Перелет птиц», «Ловля обезьян».

Эстафеты.

«Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования.

«Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

Народные игры.

«Гори, гори ясно!», лапта.

В подготовительной коррекционной группе еженедельно проводится 3 занятия по физической культуре в утренние часы, 2 раза занятия проводятся в спортивном зале и 1 раз занятие на открытом воздухе (его проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям). Всего в месяц проводится 12 занятий (8 - в спортивном зале, 4 - на воздухе).

Структура физкультурных занятий общепринята: занятие состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Выделение частей занятия обусловлено физиологическими, психологическими и педагогическими закономерностями. Вводная часть обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. Основная часть (самая большая по объему и значимости) способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствии с задачами занятия. Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей.

С целью решения поставленных задач вся работа подразделяется на:

- комплекс утренней стимулирующей гимнастики
- комплекс коррекционных физкультурных занятий
- комплекс упражнений на дыхание.

Организация физкультурной работы в коррекционной группе

Организационными формами работы по физической культуре являются:

- 1) учебная работа; 2) физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня; 3) активный отдых; 4) самостоятельная двигательная деятельность детей; 5) работа с семьей.

Основным видом учебной работы являются физкультурные занятия, которые проводятся три раза в неделю, одно из них проводится на улице в часы прогулки.

К физкультурно-оздоровительной работе относятся: утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, подвижные игры и физические упражнения на прогулках (утренней и вечерней), физкультурная минутка.

Активный отдых дошкольника складывается из физкультурных досугов, физкультурных праздников и Дня здоровья. Все названные выше виды работы с детьми организуются воспитателем.

Самостоятельная двигательная деятельность дошкольника протекает под наблюдением воспитателя. Содержание и продолжительность занятий ребенка физическими упражнениями и играми определяются самим дошкольником. Характер этих занятий зависит от индивидуальных данных, подготовленности, возможностей и интересов ребенка.

Успешное решение задач физического воспитания возможно лишь при осуществлении индивидуального подхода к ребенку во взаимосвязной работе дошкольного учреждения и семьи. Занятия физкультурой дома представляют собой форму индивидуальной работы родителей с ребенком. Она осуществляется на основании рекомендаций и методических советов инструктора, предлагаемых в виде заданий на дом.

Все формы и виды работы взаимосвязаны и дополняют друг друга. В совокупности они создают необходимый двигательный режим, обеспечивающий ежедневные занятия ребенка физической культурой.

Основное содержание коррекционных физкультурных занятий

Построения выполняются самостоятельно по инструкции и с помощью воспитателя; в шеренгу, с равнением по носкам, в колонну по одному, в круг.

Ходьба выполняется самостоятельно и за воспитателем; в сопровождении звуковых сигналов, друг за другом, в обход зала, парами, в рассыпную.

Оздоровительный бег выполняется самостоятельно и за воспитателем; друг за другом с изменением направления, с остановками и приседанием по звуковому сигналу, в рассыпную, чередование бега с ходьбой в соответствии с частотой звуковых сигналов.

Коррекционные упражнения выполняются вместе с воспитателем, по показу и словесной инструкции. Упражнения с предметами и без них.

Основные виды движений:

Упражнения для равновесия выполняются по показу, по словесной инструкции со страховкой воспитателя и самостоятельно: ходьба друг за другом, с высоким подниманием колен, руки на поясе; сохранение положения в положении стоя на одной ноге, руки в стороны.

Упражнения на формирование правильной осанки выполняются самостоятельно по показу и по словесной инструкции. Ходьба по гимнастической скамейке, по наклонной доске, по канату, прямо, приставным шагом, боком, и т.д. с мешочком на голове. Лазание по гимнастической стенке; подтягивание на руках по скамейке, по наклонной доске, лежа на животе, катание среднего мяча друг другу, лежа на животе. Ходьба по канату с мешочком песка на голове.

Ползание, лазание, перелезание выполняются самостоятельно со страховкой воспитателя: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, с подлезанием под дугу, и натянутую веревку, лазание по наклонной доске, перелезание через скамейку.

Прыжки выполняются самостоятельно по показу и словесной инструкции со страховкой и с помощью воспитателя: подпрыгивание, перепрыгивание через канат, гимнастическую палку, через веревку, с места, прыжки в длину.

Метание выполняются по показу и словесной инструкции. Детей учат удерживать и перебрасывать мяч, разные по весу, по размеру, по материалу; бросать мяч в горизонтальную цель, ловить мычи разные по размеру, ударять о пол и ловить его; бросать в цель мешочки с песком, сбивать кегли.

Подвижные игры базируются на понимании детьми сюжета игр и их правил.

Релаксация выполняется под тихую музыку с использованием различных упражнений помогающих расслабить мышцы рук, ног, лица, туловища. Позволяет успокоить детей и снять мышечное и эмоциональное напряжение.

Утренняя стимулирующая гимнастика.

Разработан комплекс утренней стимулирующей гимнастики с учетом коррекции.

Структура утренней стимулирующей гимнастики:

- Упражнения на дыхание;
- Упражнения для кистей рук;
- Упражнения для укрепления корсета позвоночника;
- Различные виды ходьбы;
- Оздоровительный бег;
- Подвижные игры;
- Релаксация.

В комплекс утренней стимулирующей гимнастики включаются традиционные упражнения имитационного характера: с предметами и без них; игровые упражнения, направлены на развитие внимания, требующие точности выполнения действий; оздоровительный бег и релаксация.

Необходимость ее проведения обусловлена наблюдениями за состоянием детей в утренние часы приема: дети заторможенные, вялые, либо чрезмерно возбужденные и не могут сосредоточиться.

Утренняя стимулирующая гимнастика позволит обрести положительное эмоциональное состояние и хороший тонус на целый день.

Коррекционные физкультурные занятия.

Занятия по физической культуре строятся по следующей схеме: вначале даются различные виды ходьбы, бега для коррекции и профилактики осанки и плоскостопия. Блок физических упражнений направлен на развитие гибкости и подвижности позвоночника, укрепление мышечного корсета позвоночника и формирование нормального свода стопы; улучшение легочной вентиляции и укрепление основных дыхательных мышц, расслабление и снятие мышечного психоэмоционального напряжения; оздоровительный бег, дыхательная гимнастика, приемы релаксации позволяют повысить резистентность организма ребенка к воздействию внешних факторов.

При планировании физкультурных занятий с детьми, имеющими, ограниченные возможности здоровья особое внимание обращается на возможность автоматизации поставленных учителем-логопедом звуков, закрепления лексико-грамматических средств языка путем специально подобранных подвижных игр и упражнений, разработанных с учетом лексической темы. Выполнение заданий по образцу, показ, словесная инструкция позволяют решить задачи словесной регуляции действий и функций, активного внимания. Движения, которые сочетаются с речевым сопровождением, способствуют развитию рече-двигательного и слухового анализаторов, регуляции дыхания, закреплению двигательных навыков и правильному произношению.

Использование оздоровительного бега на занятии позволяет формировать волевые качества и развивать физическую выносливость.

Особенности планирования занятий по физической культуре состоят в том, что к основным задачам по развитию общих двигательных умений и навыков добавляются задания на коррекцию и исправление двигательных нарушений, характерных для таких детей. В среднем эти дети усваивают движение в течение 5-8 занятий, им требуется регулярное повторение, иначе быстро утрачивается приобретенный двигательный опыт.

Использование релаксационных упражнений на занятии, помогают расслабить мышцы рук, ног, лица, туловища, позволяют успокоить детей, снять мышечное и эмоциональное напряжение.

Подвижные игры

Ребенок с нарушениями речи часто соматически ослаблен, физически не вынослив, быстро утомляется. Такой ребенок с трудом выдерживают длительность пребывания в коллективе.

Игры дают возможность отработать с ребенком наиболее простые движения (ходьба, бег, прыжки на двух ногах), ребенок учится целенаправленно катать, ловить, бросать сначала большой мяч, потом маленький и т. п., и постепенно подготовить его к овладению более сложными, комбинированными движениями. Подвижные игры, нормализуя моторную функцию ребенка, помогают решить и ряд других коррекционно-воспитательных задач: повышают активность, развивают подражательность, формируют игровые навыки, совершенствуют просодические компоненты речи, поощряют творческую активность детей.

Подвижные игры одновременно помогают успешному формированию речи. Они способствуют также развитию чувства ритма, гармоничности движений, положительно влияют на психологическое состояние детей.

Упражнения на развитие дыхания

У ребенка с общим недоразвитием речи речевое дыхание нарушается при выполнении не только сложных, но и более простых речевых задач и в целом характеризуется малым объемом воздуха перед началом речи, что свидетельствует о патологическом развитии речевого дыхания. Поэтому на занятиях необходимо проводить упражнения на развитие дыхания ребенка.

В планировании занятий необходимо учитывать недельную лексическую тему, предлагаемую учителем-логопедом.

Сетка занятий для детей 6-7 лет

Виды деятельности	Количество занятий в неделю	Время проведения	Итого
Утренняя стимулирующая гимнастика	5	10 мин.	50 мин.
Коррекционные физкультурные занятия	2	25 мин.	50 мин.
На прогулке	1	25 мин.	25 мин.

Годовой круг тем в подготовительной группе компенсирующей направленности

Тема

Сентябрь
1 неделя сентября Мониторинг
2 неделя сентября Мониторинг
3 неделя сентября «Овощи»
4 неделя сентября «Фрукты.Ягоды»
Октябрь
1 неделя октября «Деревья.Грибы и растения»
2 неделя октября «Осень»
3 неделя октября «Человек. Части тела»
4 неделя октября «Игрушки»
5 неделя октября День народного единства
Ноябрь
. 1 неделя ноября «Одежда»
2 неделя ноября «Обувь» «Головные уборы»
2 неделя ноября «Обувь» «Головные уборы»
3 неделя ноября Посуда
4 неделя ноября «Продукты питания»
Декабрь
1 неделя декабря «Комната.Мебель»
2 неделя декабря Неделя здоровья
3 неделя декабря«Зима»
4 неделя декабря Новый год.
Январь
1 неделя января Мониторинг

2 неделя января Мониторинг
3 неделя января Зимние забавы: рождество, крещение, святки.
4 неделя января «Зимующие птицы»
5 неделя января «Дикие животные»
Февраль
1 неделя февраля Животные северных и южных стран.
2 неделя февраля «Домашние животные и птицы»
3 неделя февраля «День Защитника Отечества»
4 неделя февраля Домашние птицы
Март
1 неделя марта 8 марта.
2 неделя марта «Весна»
3 неделя марта «Перелетные птицы»
4 неделя марта «Транспорт»
Апрель
1 неделя апреля «Профессии»
2 неделя апреля Космос
3 неделя апреля «Насекомые»
4 неделя апреля «Цветы»
Май
1 неделя мая «Школьные принадлежности»
2 неделя мая «День Победы»
3 неделя мая Мониторинг
4 неделя мая Мониторинг

3. Организационный раздел

Режим дня в подготовительной группе компенсирующей направленности Холодный период

Наименование режимных моментов	Временной интервал	Образовательная деятельность в режимные моменты	Самостоятельная детская деятельность	Взаимодействие с родителями
Мы вам рады! Играем вместе!	7.30-8.20	Индивидуальная работа Подготовка к НОД (предварительная работа), беседы и т.д.	Самостоятельные игры	Беседы , консультации .
Чтение художественной литературы	8.20-8.40	Активное слушание, беседа.		
В здоровом теле – здоровый дух!	8.40-8.50	Утренняя гимнастика		
Умывайтесь, не ленитесь, чистыми за стол садитесь!	8.50-9.15	Этикет	Дежурство самостоятельная деятельность	
НОД	9.15-9.45 9.55-10.25 10.35-11.05 11.15-11.45	Двигательная разминка		
Давайте погуляем!	11.45-12.25	Одевание на прогулку наблюдения в природе, подвижная игра, индивидуальная работа по развитию	самостоятельные игры	

		движений, дидактическая игра.		
Умывайтесь, не ленитесь, чистыми за стол садитесь!	12.25- 13.00	Этикет	Дежурство самостоятельная деятельность	
Подготовка ко сну Приятных сновидений!	13.00- 15.00			
Гимнастика побудка	15.00- 15.30	Гимнастика после сна (двигательная, дыхательная, самомассаж)	Занятия по интересам	
Вкусно и полезно!	15.30- 16.00	Этикет	Дежурство Самостоятельная деятельность	
Конструктивная деятельность	16.00- 16.30 (вторник)			
Любознйки	16.00- 16.30	совместная деятельность (продуктивная, составление коллажей, проектная деятельность, экспериментирование и т.д.)	Игры (сюжетные, настольные), физические упражнения, продуктивная деятельность	
Давайте погуляем!	16.30- 18.00	Одевание на прогулку наблюдения в природе, подвижная игра, индивидуальная работа по развитию движений, дидактическая игра.	Самостоятельные игры	

Уход детей домой	до 18.00			Беседы , консультации .
-------------------------	----------	--	--	----------------------------------

Календарно-тематическое планирование по физической культуре в подготовительной группе компенсирующей направленности на день (Приложение 4)

Непосредственно образовательная деятельность	Образовательная деятельность в режимных моментах	Взаимодействие с семьей

Перечень методических пособий обеспечивающих реализацию образовательной деятельности по направлению «Физическое развитие»

1. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
2. Конвенция о правах ребенка ООН;
3. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155)
4. Аверина И.Е. «Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ», М: Айрис – пресс, 2005г – 144с.
5. Алямовская В.Г. Программа «Здоровье - М.: Владос, 2001,
6. Анищенкова Е.С. «Артикуляционная гимнастика для развития речи дошкольников», М,: АСТ: Астрель, 2007г – 58с.
7. Анищенкова Е.С. «Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников», М: АСТ: Астрель, 2006г -61с.
8. Анферова В.И. Физкультурные сюжетные занятия с детьми 3-4 лет– М. ТЦ Сфера, 2012
9. Большакова С. Е. Формирование мелкой моторики рук: Игры и упражнения. – М.: ТЦ Сфера, 2005г.
- 10.Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ - Воронеж: ИП Лакоценина Н.А., 2012
- 11.Вераксы Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А.. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». М.: Мозаика – Синтез, 2015г
- 12.Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Примерная парциальная программа «Играйте на здоровье!» Парциальная программа и технология физического воспитания детей 3-7 лет. Б.: Изд-во: Вентана- Граф. 2015г
Власенко Н.Э. 300 подвижных игр для дошкольников. Москва «АЙРИС-пресс», 2011год.
- 13.Картушина М.Ю. Праздники здоровья для детей 6 – 7 лет. Москва. Творческий центр. 2009 год
14. Картушина М.Ю. Физкультурные сюжетные занятия с детьми 5-6 лет– М.: ТЦ Сфера, 2012
- 15.Краснощекова Н.В. « Сюжетно-ролевые игры для детей дошкольного возраста» (Школа развития), Ростов н/Д: издательство «Феникс» 2007г – 251с.
- 16.Метельская. Н.Г. 100 физкультурных минуток. Москва 2008 год.
- 17.Останко Л. В. 50 оздоровительных упражнений для красивой осанки малыша. Санкт-Петербург «Литера», 2010год.
- 18.Пазухина И.А. «Давай познакомимся», СПб,: «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2004
- 19.Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе. – М. Мозаика-Синтез 2014 год

20. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. — М.: Мозаика-Синтез, 2009г.
21. Подольская. Е.И. Необычные физкультурные занятия для дошкольников..— Волгоград: Учитель, 2010.
22. Подольская Е. И. Комплексы лечебной гимнастики для детей 5-7 лет. Волгоград « Учитель», 2011год.
23. Прохорова. Г.А. Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет: практическое пособие — М,: Айрис-пресс, 2010.
24. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. — М., 2000.
25. Савельева Е.А. Пальчиковые и жестовые игры в стихах для дошкольников — СПб: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2011.
26. Семенака С.И. «Уроки добра», М,: АРКТИ, 2005г -80с.
27. Степаненкова. Э.Я. Сборник подвижных игр, Для Работы с детьми 2-7 лет. - М: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.
28. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009г.
29. Узорова О.В.. Нефёдова У.А. Физкультурные минутки: материал для проведения физкультурных пауз — М.: Астрель: АСТ: Хранитель. 2007г.
30. Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников. — СПб: ООО «ДЕТСТВО- ПРЕСС», 2010
31. Шилкова И.К и др. Здоровьеформирующее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет. —М: Владос, 2001
Яковлева Л.В., Юдина Р. А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Пособие для педагогов дошкол. Учреждений: В 3ч. — М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003 — ч1.