

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 12 Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
ГБДОУ детского сада № 12  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от 31.08.2023



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«КРЕПЫШ»**

Срок освоения программы 1 год  
Возраст обучающихся 3-4 года

Разработчик: Смирнова Наталья Ивановна,  
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2023

## Пояснительная записка

В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, всесторонней двигательной подготовленности и гармонического физического развития. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте.

### **Направленность программы**

Направленность программы: физкультурно-спортивная. Рассчитана на дошкольников от 3 до 4 лет.

**Актуальность** разработки программы обусловлена поиском более эффективных способов педагогических воздействий в физическом и умственном воспитании детей дошкольного возраста при создании здоровьесберегающей среды в детском саду.

### **Отличительные особенности:**

Основная задача программы «Крепыш» - сохранение и укрепление здоровья детей.

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье — естественное состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений; состояние полного телесного, душевного и социального благополучия. Дошкольный период — чрезвычайно важный этап в жизни ребенка. Ребенок рождается беспомощным, обладающим единственной способностью — всему научиться со временем. Он не рождается с готовым набором движений, а осваивает их в процессе жизни.

**Новизна** данной физкультурно-образовательной программы заключается в комплексном решении задач оздоровления: физическое развитие детей организуется при одновременном развитии их интеллектуальных и креативных способностей, эмоциональной сферы, психических процессов. Программа предназначена для дополнительного образования дошкольников. Планирование занятий в игровой форме, в основе которой лежит партнерская позиция взрослого, лично-ориентированное отношение к ребенку и непринужденная форма организации физкультурно-оздоровительной деятельности. Игровые приемы обеспечивают динамичность процесса обучения, максимально удовлетворяют потребности ребенка в двигательной активности. Музыкальное сопровождение подвижных игр поднимает настроение, побуждает детей к самовыражению творчества в движениях, повышают его самооценку. Использование здоровьесберегающих технологий благоприятно действует на психофизическое здоровье ребенка.

Обучение движениям оказывает влияние на здоровье, общее физическое развитие, развитие познавательных способностей, волевых качеств, эмоциональности ребенка, т.е. на его внутренний мир. Обучение движениям способствует гармоничному развитию личности, совершенствованию как физических, так и психических, интеллектуальных, духовно – нравственных качеств.

Обучаясь движениям, ребенок приобретает знания, необходимые для его сознательной двигательной деятельности, приобретает опыт их реализации, в том числе творческой.

Обучение движениям способствует осознанию ребенком самого себя как личности, вырабатывает у него потребность совершенствовать собственную природу, создает предпосылки для реализации его индивидуальности. Осуществляя самые разные движения, ребенок получает возможность самосовершенствования, формируется интерес и любовь к физической культуре.

Программа направлена на формирование у маленького ребенка интереса к своему личному здоровью, на совершенствование всех видов движений и развитие физических качеств.

### **Особенности программы:**

Рассматривается под оздоровительным аспектом.

Акцент оздоровительной работы делается на развитие двигательной деятельности ребенка.

Занятия построены с учетом возрастных критериев.

Использование малых форм народного фольклора.

### **Цели и задачи программы:**

**Цель:** создание условий для физического развития детей, формирование личности ребенка, воспитание морально-волевых качеств.

**Задачи:**

сохранение и укрепление здоровья детей;  
 формирование привычки к здоровому образу жизни;  
 формирование двигательных навыков и умений;  
 развитие психофизических качеств (быстрота, сила, выносливость, гибкость, ловкость);  
 развитие двигательных способностей (функции равновесия, координации движений);  
 профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата, простудных заболеваний;  
 формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности;  
 развитие внимания, сосредоточенности, организованности,  
 воображения, фантазии, умения управлять своими поступками, чувствами.

Для выполнения поставленных оздоровительно-воспитательных задач программы предусмотрены следующие структуры:

Корригирующая, ритмическая, логоритмическая гимнастики

Динамические и оздоровительные паузы

Релаксационные упражнения

Хороводы, различные виды игр

Занимательные разминки

Различные виды массажа

Пальчиковая гимнастика

Дыхательная гимнастика

Для успешной реализации программных задач используются занятия по содержанию:

Игровые

Занятия – путешествия

**Принципы построения программы:**

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип повторения умений и навыков — один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.

Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.

Принцип успешности заключается в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задания, которые он способен успешно выполнить.

Принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.

Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Принципы взаимодействия с детьми:

сам ребенок – молодец, у него - все получается, возникающие трудности – преодолимы;  
 постоянное поощрение всех усилий ребенка, его стремление узнать что-то новое и научиться новому;

исключение отрицательной оценки ребенка и результатов его действий;

сравнение всех результатов ребенка только с его собственными, а не с результатами других детей;

каждый ребенок должен продвигаться вперед своими темпами и с постоянным успехом.

### Условия реализации программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Крепыш» является программой ознакомительного уровня, очной формы обучения, имеет общекультурное назначение и физкультурно-спортивную направленность. Занятия проводятся на безвозмездной основе, в кружок принимаются все желающие дети, на основе заявления родителя (законного представителя).

Предназначена для детей в возрасте 3 - 4 года, состоит из 35 занятий на период с 04.09.2023 по 31.05.2024г.

Программа предполагает проведение одного занятия в неделю во вторую половину дня. Продолжительность занятия один академический час: не более 15 минут.

Занятия проводятся в групповой форме. Наполняемость групп не более 15 человек и объём учебной нагрузки определен с учётом требований СанПиН.

Образовательный процесс регламентируется учебным планом и календарным учебным графиком.

Занятия по программе «Крепыш» в дошкольном образовательном учреждении проводятся в физкультурном зале с соблюдением техники безопасности под руководством педагога дополнительного образования.

### Планируемые результаты освоения программы

В процессе обучения дети:

Проявляют устойчивый интерес к здоровому образу жизни.

Понимают важность: режима дня, питания, овладение культурно-гигиеническими навыками, практическими приемами закаливания, умениями правильно двигаться, выполнять разные гимнастические упражнения для укрепления своего здоровья.

Знают названия гимнастических упражнений, закаливающих и культурно-гигиенических процедур, спортивного инвентаря.

Обладают знаниями об отрицательном влиянии вредных привычек на здоровье;

Способны элементарно понимать и анализировать проявления физического, психического состояния человека, морального поведения, позитивных отношений, ценить положительное начало в человеке.

Понимают, что позитивные проявления психического состояния человека и моральные поступки формируют его здоровье.

Проявляют чуткость к старым и больным людям, желание им чем-то помочь.

Пользуются правилами безопасности в процессе выполнения движений, прогулок по улицам, при переходе дороги, в домашних условиях.

Владеют несколькими методами физического и психического оздоровления.

### Организация работы с детьми строится с:

Учетом психофизиологических и эмоционально-личностных особенностей детей.

Соответствие уровня материала познавательным возможностям и интересам детей данного возраста.

Соответствие упражнений двигательным возможностям детей.

Учет индивидуальных особенностей ребенка (темперамент, эмоциональное состояние и др.).

Учет индивидуальных особенностей познавательной сферы каждого ребенка (уровень внимания, памяти, мышления и др.) и уровня его работоспособности.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Месяц	Тема	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
Сентябрь	Вводное занятие. Знакомство.	0,5	0,5	1	Наблюдение педагога. Положительная оценка

	Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с оборудованием.				
	Это я	0,5	0,5	1	
	Ай да зайчики	0,5	0,5	1	
	Вот поезд наш едет	0,5	0,5	1	
<b>Октябрь</b>	Покататься я хочу	0,5	0,5	1	Наблюдение педагога. Положительная оценка
	Большие деревья	0,5	0,5	1	
	На бабушкином дворе	0,5	0,5	1	
	Поиграй с медведем	0,5	0,5	1	
<b>Ноябрь</b>	Айболит и его друзья	0,5	0,5	1	Наблюдение педагога. Положительная оценка
	Мой веселый звонкий мяч...	0,5	0,5	1	
	Метелица	0,5	0,5	1	
	Убежали башмачки	0,5	0,5	1	
<b>Декабрь</b>	Котята учатся прыгать	0,5	0,5	1	Наблюдение педагога. Положительная оценка
	Скоро праздник Новый год	0,5	0,5	1	
	Зимнее путешествие колобка	0,5	0,5	1	
	Снежки	0,5	0,5	1	
<b>Январь</b>	Ветерок	0,5	0,5	1	Наблюдение педагога. Положительная оценка
	Веселая игрушка	0,5	0,5	1	
	Антошка идет в армию	0,5	0,5	1	
<b>Февраль</b>	Прогулка лесу	0,5	0,5	1	Наблюдение педагога. Положительная оценка
	Надо, надо умываться	0,5	0,5	1	
	Поиграй с медведем	0,5	0,5	1	
	Айболит и его друзья	0,5	0,5	1	
<b>Март</b>	Веселые блинчики	0,5	0,5	1	Наблюдение педагога. Положительная оценка
	Мой веселый, звонкий мяч...	0,5	0,5	1	
	Качельки	0,5	0,5	1	
	Ветряная мельница	0,5	0,5	1	
<b>Апрель</b>	Капельки	0,5	0,5	1	Наблюдение педагога. Положительная оценка.
	Весенний дождик	0,5	0,5	1	
	Солнышко	0,5	0,5	1	
	Цветик-семицветик	0,5	0,5	1	
<b>Май</b>	В гости к ежику	0,5	0,5	1	Наблюдение педагога. Положительная оценка
	Цыплята	0,5	0,5	1	
	Туристы	0,5	0,5	1	
	Итоговое занятие-развлечение. «Приключение в стране сказок.	0,5	0,5	1	
		<b>17,5</b>	<b>17,5</b>	<b>35</b>	

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 12 Невского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДЕН

Приказ № 366 от «31.08.2023»

И.о. заведующего ГБДОУ

«31.08.2023»



**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**  
реализации дополнительной общеразвивающей программы  
«Крепыш»  
на 2023-2024 учебный год  
Педагог: Смирнова Наталья Ивановна

№ группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 группа	04.09.2023	31.05.2024	35 недель	35 дней	35 часов	1 раз в неделю по 1 академическому часу (15 минут)
12 группа	04.09.2023	31.05.2024	35 недель	35 дней	35 часов	1 раз в неделю по 1 академическому часу (15 минут)

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 12 Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
ГБДОУ детского сада № 12  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от 31.08.2023

УТВЕРЖДЕНА  
Приказ № 066-од от 31.08.2023

И.о. заведующего ГБДОУ



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«КРЕПЫШ»

Срок освоения программы 1 год

Возраст обучающихся 3-4 года

Разработчик: Смирнова Наталья Ивановна,  
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2023

### **Актуальность программы**

В настоящее время дети мало играют, поэтому мы – взрослые должны научить ребенка играть. Наблюдая за поведением ребенка в игре, взрослый учится понимать его переживания, видеть его взаимоотношения с другими детьми.

«Береги здоровье смолоду» - этот девиз отражает необходимость укрепления здоровья ребенка с первых дней его жизни. Растить детей здоровыми, сильными, эмоциональными – задача каждого дошкольного учреждения. Напряженный ритм жизни требует от современного человека целеустремленности, уверенности в своих силах, упорства и конечно же здоровья. В то же время отсутствие эмоционально-психического благополучия в ДОУ может вести к деформации личности ребенка, к уменьшению возможностей эмоционального контакта с окружающим, возрастанию трудностей в установлении новых социальных отношений. Поэтому в современных условиях особенно актуальными задачами являются привитие интереса к физической культуре и спорту, а также обучение их доступным двигательным умениям. Эти формы работы нацелены не на оттачивание техники выполнения тех или иных упражнений, а на воспитание положительных эмоций, высокую двигательную активность детей, свободное и непринужденное взаимопонимание. Подвижная игра – естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

### **Цель программы**

сохранение единого образовательного пространства и преемственности между ступенями образования, предупреждения учебных перегрузок, соблюдение общих подходов к раскрытию дидактических единиц, установленных в государственном стандарте.

создание условий для физического развития детей, формирование личности ребенка, воспитание морально-волевых качеств.

### **Основные задачи**

Цель будет достигнута при решении следующих задач:

1. Оптимизировать двигательную активность младших дошкольников во время их пребывания в детском саду;
2. Познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
3. Формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
4. Развивать сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции и также эмоционально-чувственную сферу;
5. Воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.
6. Развитие физических качеств, двигательных умений и навыков.

### **Содержание программы определено с учётом:**

возрастных, психофизиологических и индивидуальных особенностей детей, их интересов и потребностей, тенденции развития воспитания и образования.

### **Условия реализации программы:**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Крепыш» является программой ознакомительного уровня, очной формы обучения, имеет общекультурное назначение и физкультурно-спортивную направленность. Занятия проводятся на безвозмездной основе, в кружок принимаются все желающие дети, на основе заявления родителя (законного представителя).

Предназначена для детей в возрасте 3 - 4 года, состоит из 35 занятий на период с 04.09.2023 по 31.05.2024г.

Программа предполагает проведение одного занятия в неделю во вторую половину дня. Продолжительность занятия один академический час: не более 15 минут.

Занятия проводятся в групповой форме. Наполняемость групп не более 15 человек и объём учебной нагрузки определен с учётом требований СанПиН.



## Тематическое планирование

Месяц	Тема	Содержание
Сентябрь	Инструктаж по технике безопасности, Знакомство с оборудованием	Формировать положительное отношение детей к физкультурным мероприятиям; Создавать благоприятные условия для разнообразной деятельности для двигательного аппарата; Формировать привычку к здоровому образу жизни.
	«Это я»	Расширять представления о себе. Уточнять и обобщать знания детей о строении тела человека, различных его функциях. Активизировать словарь детей (голова, руки, ноги, колени, плечи, животик, шея). Воспитывать бережное отношение к себе, своему организму. Закреплять навык общения детей друг с другом и с взрослыми
	«Ай да заньки»	Вовлекать детей в активное подражание способом действий, формировать эмоционально-положительное отношение и интерес к движениям.
	«Вот поезд наш едет»	Развивать эмоциональный опыт детей; учить искать образные, характерные для персонажей средства выразительности движений.
Октябрь	«Покататься я хочу»	Использовать знакомые движения в игровых операциях; формировать умение действовать по подражанию. Воспитание навыков правильного поведения; интереса и потребности к занятиям физическими упражнениями.
	«Большие деревья»	Формировать положительное отношение детей к физкультурным мероприятиям; Создавать благоприятные условия для разнообразной деятельности для двигательного аппарата; Формировать привычку к здоровому образу жизни.
	«На бабушкином дворе»	Воспитывать дружеские чувства, сопереживание успехам и неудачам товарищей, справедливость, уважительное отношение друг к другу. Повышение интереса к двигательным действиям. Укрепление здоровья детей.
	«Понграй с медведем»	Развивать у детей координацию движений, ловкость и быстроту реакции. Воспитывать чувство симпатии к товарищам; умение играть вместе; Воспитывать осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом.

Ноябрь	«Айболит и его друзья»	<p>Вызвать у детей желание заботиться о своем здоровье. Обобщить и закрепить элементарные знания и представления о сохранении и укреплении здоровья.</p> <p>Развитие физических качеств: ловкости, скорости координации движений. Повышение физической подготовленности.</p>
	«Мой весёлый, звонкий мяч...»	<p>Цель: Доставить детям удовольствие при выполнении физических упражнений; развивать ловкость и глазомер при катании мяча; закрепить умение продвигаться по кругу; развивать ловкость; повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и в равновесии; развивать ловкость и глазомер в ловле и бросании мяча.</p>
	«Метелица»	<p>1. Укреплять здоровье детей, 2. Повышать жизненный тонус, 3. Улучшать память, настроение</p>
	«Убежали башмачки»	<p>Популяризация здорового образа жизни. Вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в подвижных играх.</p> <p>Закрепление полученных знаний, умений и навыков в области физической культуры.</p> <p>Развитие физических качеств: ловкости, скорости координации движений. Повышение физической подготовленности. Закрепление навыков самообслуживания (обувания – разувания).</p>
Декабрь	«Котята учатся прыгать»	<p>Профилактика нарушений функций органов дыхания и повышение общей сопротивляемости организма; формирование правильного дыхания, активизация легочной вентиляции; формирование умения имитировать движения животных.</p>
	«Скоро праздник Новый год»	<p>Нормализовать эмоционально — волевые процессы с помощью движений под музыку; закреплять и совершенствовать навыки основных видов движений;</p>
	«Зимнее путешествие Колобка»	<p>Активизировать имеющиеся знания и умения детей; Формировать представление о ценности здоровья; Желание вести здоровый образ жизни; Способствовать закаливанию детского организма.</p>
	«Снежки»	<p>1. Развитие физических качеств 2. Обучение самовытяжению 3. Формирование правильной осанки</p>
Январь	«Ветерок»	<p>1. Воспитание потребности в здоровом образе жизни 2. Обучение самовыражению</p>

		3.Формирование правильной осанки
	«Веселая игрушка»	1.Развитие физических качеств 2.Обучение самовытяжению 3.Формирование правильной осанки
	«Антошка идет в армию»	развивать общую выносливость организма; закреплять и совершенствовать навыки основных видов движений; развивать навыки совместных взаимодействий в ходе выполнения движений и упражнений; воздействуя на двигательную сферу ребенка, создать положительное настроение.
Февраль	«Прогулка в лесу»	Совершенствовать умение двигаться в соответствии с текстом, вырабатывать целенаправленный выдох, закреплять правильное и четкое произношение звуков п, х, формировать фонетическую ритмику, развивать общую, мелкую и артикуляторную моторику
	«Надо, надо умываться»	Создать позитивное отношение к культурно-гигиеническим навыкам; усилить личностное отношение к культуре тела; помочь организовать жизненный опыт детей.
	«Поиграй с медведем»	Развивать у детей координацию движений, ловкость и быстроту реакции. Воспитывать чувство симпатии к товарищам; умение играть вместе; Воспитывать осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом.
	«Айболит и его друзья»	Вызвать у детей желание заботиться о своем здоровье. Обобщить и закрепить элементарные знания и представления о сохранении и укреплении здоровья. Развитие физических качеств: ловкости, скорости координации движений. Повышение физической подготовленности.
Март	«Веселые блинчики»	Оказывать общеукрепляющее воздействие на организм ребенка; Формировать и закреплять навыки правильной осанки; Совершенствовать двигательные навыки и координацию движений в пространстве; Создавать радостное настроение у детей, развивать ловкость, быстроту.
	«Мой весёлый, звонкий мяч...»	Доставить детям удовольствие при выполнении физических упражнений; развивать ловкость и глазомер при катании мяча; закрепить умение продвигаться по кругу; развивать ловкость; повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и в равновесии;

		развивать ловкость и глазомер в ловле и бросании мяча.
	«Качельки»	Укреплять здоровье детей, Повышать жизненный тонус. Улучшать память/ настроение
	Ветряная мельница	Вызвать у детей желание заботиться о своем здоровье. Обобщить и закрепить элементарные знания и представления о сохранении и укреплении здоровья. Развитие физических качеств: ловкости, скорости координации движений. Повышение физической подготовленности.
Апрель	Капельки»	Профилактика плоскостопия Обучение самовытяжению Укреплять здоровье детей, Повышать жизненный тонус
	«Весенний дождик»	Укреплять здоровье детей Повышать жизненный тонус Улучшать память/настроение
	«Солнышко»	Укреплять здоровье детей Повышать жизненный тонус Улучшать память, настроенне
	Цветик- семицветик»	Воспитание потребности в здоровом образе жизни Обучение самовытяжению Формирование правильной осанки
Май	В гости к ежику	Оказывать общеукрепляющее воздействие на организм ребенка; Формировать и закреплять навыки правильной осанки; Совершенствовать двигательные навыки и координацию движений в пространстве; Создавать радостное настроенне у детей, развивать ловкость, быстроту
	Цыплята	Профилактика плоскостопия Обучение самовытяжению Укреплять здоровье детей, Повышать жизненный тонус.
	Туристы	Развивать у детей координацию движений, ловкость и быстроту реакции. Воспитывать чувство симпатии к товарищам; умение играть вместе; Воспитывать осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом.
	Итоговое занятие. Развлечение «Приключение в стране сказок»	Вызвать у детей желание заботиться о своем здоровье. Обобщить и закрепить элементарные знания и представления о сохранении и укреплении здоровья. Развитие физических качеств: ловкости, скорости координации

		движений. Повышение физической подготовленности.
--	--	--

### Организационный раздел

#### Организация кружка

Кружок организуется с детьми 3 – 4 лет.

Занятия проводятся один раз в неделю продолжительностью не более 15 минут.

### Материально-методическое обеспечение программы

#### Программа реализуется через следующие формы:

На занятиях применяются разные формы подвижных игр: логоритмические, сюжетно-ролевые игры; игры-забавы; имитирующие и спортивные игры, психогимнастика (игры со сменой напряжения и расслабления), ритмопластика (музыкально-ритмические игры и упражнения), народные игры, игровой стретчинг.

Совместная работа с родителями (досуги и развлечения).

#### Методические указания

Объясняя игру, руководитель должен поставить детей так, чтобы им всем было хорошо его видно и слышно. Прежде чем проводить игру, необходимо не только хорошо знать ее содержание, но и другие важные моменты: возраст детей, иметь представление о коллективе, учитывать, чем он занимался до этого, где будет проводиться игра.

Приступая к игре, следует заранее подготовить площадку, необходимый инвентарь, который понадобится, не забывая и о мелочах (мел, свисток), продумать размещение всех играющих и весь ход игры. Объяснить игру нужно предельно коротко и ясно.

#### Алгоритм работы с подвижными играми:

Название игры, знакомство с ее содержанием и целью.

Объяснение правил игры, распределение ролей, играющих и их место расположение.

Ход игры.

Анализ игры.

#### Оборудование зала

1. Шведская стенка
2. Гимнастические скамейки
3. Индивидуальные коврики
4. Шапочки-маски
5. Приставные лесенки, доски
6. Мячи резиновые разных размеров
7. Мячи массажные (мячи-«ёжики»)
8. Гимнастические мячи («хопы»)
9. Набивные (ортопедические) мячи (вес 1 кг)
10. Гимнастические палки
11. Обручи
12. Обручи плоские
13. Мешочки с песком
14. Туннели для лазания
15. Кольца от серео
16. Веревки
17. Дуги для подлезания
18. Цветные ленточки
19. Парашют

#### Вспомогательное оборудование

1. Музыкальный центр
2. CD-диски.

### **Список литературы**

1. В.Л.Страковская «300 подвижных игр для оздоровления детей». Новая школа, 1994 г.
2. Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 3-5 лет. М., ТЦ Сфера, 2008 г.
3. Дженни Лешли «Работать с маленькими детьми (поощрять их развитие и решать проблемы)».
4. Н.Ф. Дик, Е.В. Жердева «Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья для дошкольников». Ростов-на Дону, «Феникс» 2005 г.
5. Козырева О.В. Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников. М., «Просвещение», 2005г.
6. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. «Развивающая педагогика оздоровления», М., Линка-Пресс, 2000.
7. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. М., «Мозаика-Синтез», 2000.
8. Ермак Н.Н. «Физкультурные занятия в детском саду (творческая школа для дошколят)». Феникс 2004 г.