**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение – детский сад «Солнышко»**

Согласовано на заседании педагогического Утверждено

приказом заведующего по

совета МАДОУ детского сада «Солнышко» МАДОУ детскому саду

«Солнышко»

протокол № 1 от «31» августа 23 г. № от «31» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯПРОГРАММА**

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**Модуль «Двигательная деятельность» (средняя группа, третий год обучения)**

на 2023 – 2024 учебный год

Разработчики: Кельвели Н.В.,

инструктор по физической культуре

.

п. Коврово

2023 г.

1

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание разделов** | | **Страницы** |
|  |  |  |
| **1.** | **Пояснительная записка** | 3 |
| **2.** | **Планируемые результаты освоения дисциплин (модулей)** | 3 |
| **3.** | **Содержание дисциплин (модулей)** | 3 |
| **4.** | **Календарно-тематическое планирование** | 4 |
| **5.** | **Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения** | 5 |
| **образовательной деятельности** | |  |
|  |  |  |

2

**1.Пояснительная записка**

Рабочая программа (далее - Программа) по «Двигательной деятельности» для детей 4-5 лет является составной частью основной образовательной программы дошкольного образования МАДОУ детский сад «Солнышко», и составлена в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее – ФГОС ДО) и Федеральной образовательной программой дошкольного образования (далее – ФОП ДО), примерной рабочей программы воспитания для образовательных организаций.

*«Физическое развитие включает*:

- приобретение ребенком двигательного опыта в различных видах деятельности детей, развитие психофизических качеств (быстрота, сила, ловкость, выносливость, гибкость), координационных способностей, крупных групп мышц и мелкой моторики;

- формирование опорно-двигательного аппарата, развитие равновесия, глазомера, ориентировки в пространстве;

- овладение основными движениями (метание, ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки);

- обучение общеразвивающим упражнениям, музыкально-ритмическим движениям, подвижным играм, спортивным упражнениям и элементам спортивных игр (баскетбол, футбол, хоккей, бадминтон, настольный теннис, городки, кегли и другое);

- воспитание нравственно-волевых качеств (воля, смелость, выдержка и другое);

- воспитание интереса к различным видам спорта и чувства гордости за выдающиеся достижения российских спортсменов;

- приобщение к здоровому образу жизни и активному отдыху, формирование представлений о здоровье, способах его сохранения и укрепления, правилах безопасного поведения в разных видах двигательной деятельности, воспитание бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих».

*Содержание образовательной области «Физическое развитие» представлено тематическими блоками (направлениями):*

1) «Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения)»,

2) «Подвижные игры»,

3) «Спортивные игры» (с 5 лет),

4) «Спортивные упражнения»,

5) «Формирование основ здорового образа жизни»,

6) «Активный отдых».

**Цели:** формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности.

**Задачи:**

* Обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;
* формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
* воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
* продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
* укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
* формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

1. **Планируемые результаты освоения модуля**

**К пяти годам:**

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;

- ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;

- ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;

- ребенок выполняет самостоятельно правила общения со взрослым, внимателен к его словам и мнению, стремится к познавательному, интеллектуальному общению со взрослыми: задает много вопросов поискового характера, стремится к одобряемым формам поведения, замечает ярко выраженное эмоциональное состояние окружающих людей, по примеру педагога проявляет сочувствие;

- ребенок без напоминания взрослого здоровается и прощается, говорит «спасибо» и «пожалуйста»;

- ребенок демонстрирует стремление к общению со сверстниками, по предложению педагога может договориться с детьми, стремится к самовыражению в деятельности, к признанию и уважению сверстников;

- ребенок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни;

- ребенок самостоятелен в самообслуживании;

- ребенок проявляет познавательный интерес к труду взрослых, профессиям, технике; отражает эти представления в играх;

- ребенок стремится к выполнению трудовых обязанностей, охотно включается в совместный труд со взрослыми или сверстниками;

- ребенок инициативен в разговоре, использует разные типы реплик и простые формы объяснительной речи, речевые контакты становятся более длительными и активными;

- ребенок большинство звуков произносит правильно, пользуется средствами эмоциональной и речевой выразительности;

- ребенок самостоятельно пересказывает знакомые сказки, с небольшой помощью взрослого составляет описательные рассказы и загадки;

- ребенок проявляет словотворчество, интерес к языку, с интересом слушает литературные тексты, воспроизводит текст;

- ребенок способен рассказать о предмете, его назначении и особенностях, о том, как он был создан;

- ребенок проявляет стремление к общению со сверстниками в процессе познавательной деятельности, осуществляет обмен информацией; охотно сотрудничает со взрослыми не только в совместной деятельности, но и в свободной самостоятельной; отличается высокой активностью и любознательностью;

- ребенок активно познает и называет свойства и качества предметов, особенности объектов природы, обследовательские действия; объединяет предметы и объекты в видовые категории с указанием характерных признаков;

- ребенок задает много вопросов поискового характера, включается в деятельность экспериментирования, использует исследовательские действия, предпринимает попытки сделать логические выводы;

- ребенок с удовольствием рассказывает о себе, своих желаниях, достижениях, семье, семейном быте, традициях; активно участвует в мероприятиях и праздниках, готовящихся в группе, в ДОО, имеет представления о малой родине, названии города, улицы, некоторых памятных местах;

- ребенок имеет представление о разнообразных представителях живой природы родного края, их особенностях, свойствах объектов неживой природы, сезонных изменениях в жизни природы, явлениях природы, интересуется природой, экспериментирует, положительно относится ко всем живым существам, знает правила поведения в природе, стремится самостоятельно ухаживать за растениями и животными, беречь их;

- ребенок владеет количественным и порядковым счетом в пределах пяти, умением непосредственно сравнивать предметы по форме и величине, различает части суток, знает их последовательность, понимает временную последовательность «вчера, сегодня, завтра», ориентируется от себя в движении; использует математические представления для познания окружающей действительности;

- ребенок проявляет интерес к различным видам искусства, эмоционально откликается на отраженные в произведениях искусства действия, поступки, события;

- ребенок проявляет себя в разных видах музыкальной, изобразительной, театрализованной деятельности, используя выразительные и изобразительные средства;

- ребенок использует накопленный художественно-творческой опыт в самостоятельной деятельности, с желанием участвует в культурно-досуговой деятельности (праздниках, развлечениях и др.);

- ребенок создает изображения и постройки в соответствии с темой, используя разнообразные материалы, владеет техническими и изобразительными умениями;

- ребенок называет роль до начала игры, обозначает новую роль по ходу игры, активно использует предметы-заместители, предлагает игровой замысел и проявляет инициативу в развитии сюжета, активно включается в ролевой диалог, проявляет творчество в создании игровой обстановки;

- ребенок принимает игровую задачу в играх с правилами, проявляет интерес к результату, выигрышу; ведет негромкий диалог с игрушками, комментирует их «действия» в режиссерских играх.

* 1. **Содержание образовательной деятельности программы**

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

**Основные движения.**

*Бросание, катание, ловля, метание*. Прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м.

*Ползание, лазанье.* Ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

*Ходьба.* Ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной).

*Бег.* Бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег врассыпную с ловлей и увертыванием.

*Прыжки.* Прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой.

*Упражнение в равновесии*. Ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

*Общеразвивающие упражнения*. Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и др. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

* Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); перекладывание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы.
* Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднимание ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках.
* Упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднимание на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.

*Ритмическая гимнастика*. Музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

**Строевые упражнения**. Педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

**Подвижные игры.** Педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

**Спортивные упражнения**. Педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

*Катание на санках*: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

*Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде*, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

*Ходьба на лыжах*: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору

«ступающим шагом» и «полуелочкой».

*Плавание: погружение в воду с головой*, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.

Формирование основ здорового образа жизни. Педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и др.), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

**Активный отдых.** Физкультурные праздники и досуги. Педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1–1,5 часов.

Досуг организуется 1–2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20–25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.

*Дни здоровья.* Проводится 1 раз в три месяца, в этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

* 1. **Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | Таблица 1. | |
| **№** | **Раздел, тема** | **Кол-во** |  |
| **п/п** |  | **часов** |  |
|  | **Раздел «Основные движения»** | **34** |  |
|  |  |  |  |
| 1. | Тема: Ходьба упражнения в равновесии | 6 |  |
|  |  |  |  |
| 2. | Тема: Бег | 5 |  |
|  |  |  |  |
| 3. | Тема: Прыжки | 6 |  |
|  |  |  |  |
| 4. | Тема: Бросание, ловля, метание | 7 |  |
|  |  |  |  |
| 5. | Тема: Ползание и лазание | 6 |  |
|  |  |  |  |
| 6. | Тема: Построения и перестроения | 4 |  |
|  |  |  |  |
|  | **Раздел «Общеразвивающие упражнения»** | **12** |  |
|  |  |  |  |
| 7. | Тема: Исходные положения | 2 |  |
|  |  |  |  |
| 8. | Тема: Положения и движения головы | 2 |  |
|  |  |  |  |
| 9. | Тема: Положения и движения рук | 4 |  |
|  |  |  |  |
| 10. | Тема: Положение и движения туловища | 4 |  |
|  |  |  |  |
|  | **Раздел «Спортивные упражнения»** | **10** |  |
|  |  |  |  |
| 11. | Тема: Катание на санках | 3 |  |
|  |  |  |  |
| 12. | Тема: Катание на двух и трехколёсном велосипеде | 7 |  |
|  |  |  |  |
|  | **Раздел «Музыкально – ритмические упражнения»** | **16** |  |
|  |  |  |  |
| 13. | Тема: Ходьба и бег под музыку | 6 |  |
|  |  |  |  |
|  | 4 |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 14. |  | Тема: Упражнения на развитие скоростно –силовых качеств | 2 |
|  |  |  |  |
| 15. |  | Тема: Упражнения на развитие силы | 2 |
|  |  |  |  |
| 16. |  | Тема: Игровые упражнения на развитие быстроты | 2 |
|  |  |  |  |
| 17. |  | Тема: Упражнения на развитие выносливости | 2 |
|  |  |  |  |
| 18. |  | Тема: Упражнения на развитие гибкости | 2 |
|  |  |  |  |
| 19. |  | Тема: Упражнения на развитие координации | 2 |
| **Раздел «Подвижные игры»** | | | **36** |
| 20. |  | Тема: Основное движение – ходьба и бег | 9 |
| 21. |  | Тема: Основное движение - прыжки | 7 |
| 22. |  | Тема: Основное движение – метание | 6 |
| 23. |  | Тема: Основное движение-лазание | 5 |
| 24. |  | Тема: Игры с разнообразными движениями | 9 |
| **Всего** | |  | **108** |
|  |  |  |  |

1. **Описание учебно-методического и материально-технического**

**обеспечения образовательной деятельности**

**5.1. Технические средства обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование** | **Кол-во** |
| **п/п** |  |  |
| 1. | Символы Сочи | 3 |
| 2. | Олимпийский флаг | 1 |
| 3. | Коврик Здоровья | 1 |
| 4. | Шлемы для катания на велосипеде | 7 |
| 5. | Черепаха напольная (для коррекции осанки) | 1 |
| 6. | Дорожка массажная | 1 |
| 7. | Мячи резиновые цветные | 5 |
| 8. | Кегли игра | 1 |
| 9. | Мяч большой с ручками | 4 |
| 10. | Мячи резиновые цветные | 24 |
| 11. | Мячи резиновые маленькие | 9 |
| 12. | Мячи резиновые легкие | 14 |
| 13. | Мячи массажные маленькие | 28 |
| 14. | Мяч футбольный | 4 |
| 15. | Мячи баскетбольные | 5 |
| 16. | Ориентиры | 2 |
| 17. | Игры «Кегли» | 1 |
| 18. | Тропинка «Здоровья» мягкая | 2 |
| 19. | Дорожка массажная | 4 |
| 20. | Модули набивные (большие) | 8 |
| 21. | Модули набивные (маленькие) | 9 |
| 22. | Маты маленькие | 2 |
| 23. | Мат большой | 1 |
| 24. | Обручи | 22 |
| 25. | Скакалки | 20 |
| 26. | Дуги квадратные | 8 |
| 27. | Мячи большие с ручками | 2 |
| 28. | Тренажер «Велосипед» | 1 |
| 29. | Черепаха напольная дидактическая мягконабивная | 1 |
| 30. | Беговая дорожка | 1 |
| 31. | Мячи большие | 2 |
| 32. | Мячи маленькие | 5 |
| 33. | Диск Здоровья | 1 |
|  | 5 |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 34. | Дорожка Здоровья | 1 |
| 35. | Дорожка Здоровья (в сумке) | 1 |
| 36. | Палки гимнастические | 20 |
|  | **5.2. Список литературы** |  |

1. Детство. Комплексная образовательная программа дошкольного образования от 0 до 7лет. 6 изд., испр. ФГОС. Год издания: 2021
2. Детство: примерная основная общеобразовательная программа дошкольного

образования/Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, З.А. Михайлова и др. – СПб.: ООО

«ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017 г.

1. Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т.И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др. — СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,
2. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения, - М.: «МОЗАИКА – СИНТЕЗ», 2018 г.
3. Вареник Е.Н. Утренняя гимнастика в детском саду – М., 2018 г.
4. Полтавцева Н.В. Физическая культура в дошкольном детстве – М., 2019.

Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2– 7 лет, М.: «МОЗАИКА-СИНТЕЗ», 2018 г.

1. Утробина К.К. Л. И. физкультура в детском саду для детей, – М., 2018 г.

6