

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 11»**

РАССМОТРЕНО

на заседании

педагогического совета.

протокол от 30.08.24 № 1

УТВЕРЖДЕНО

приказом Директора

от «2» сентября 2024г. № 113

С.А. Русакова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Непоседы»**

(для детей 4 -5 лет)

Срок реализации: 1год (32 часа)

Составитель: старший воспитатель

МАОУ СОШ № 11 ДО1

Иванова Е.В.

Боровичи

2024

Пояснительная записка.

Данная программа оформлена в соответствии с письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 года № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» и Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, с изменениями утвержденными приказом министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533;

Направленность

Дополнительная общеразвивающая программа является:

1. по содержанию является физкультурно-спортивной. Она ориентирована на формирование здорового образа жизни младших дошкольников, через различные физические упражнения и разнообразные подвижные игры;
2. по функциональному назначению - учебно-познавательной;
3. по форме организации – групповой и секционной
4. по времени организации – одногодичной

Новизна

Использование системы подвижных игр и упражнений на занятиях способствуют достижению «запаса прочности» здоровья воспитанников, развития их двигательных способностей, улучшению физической подготовленности.

Актуальность.

Физическое воспитание в дошкольном образовательном учреждении осуществляется как на специальных физкультурных занятиях, так и в игровой деятельности, и повседневной жизни детей.

Игра - самая любимая и естественная деятельность младших дошкольников, отвечающая их жизненно важным потребностям. Игра занимает важнейшее место в жизни малыша и является главным средством воспитания и оздоровления. Подвижные игры благоприятно влияют на весь организм ребёнка в целом. Радость и удовольствие сопровождают интересную, активную и доступную для ребёнка игру, она захватывает малыша, оказывая положительное влияние на общее физическое и умственное развитие.

Играя, ребёнок удовлетворяет свою потребность в движениях и одновременно с этим повторяет уже освоенный материал. Подвижные игры проводятся и на прогулке в зависимости от погодных условий. При активной деятельности детей на воздухе усиливается работа сердца и лёгких. Это оказывает благоприятное влияние на общее состояние детей: улучшается нервная система, повышается сопротивляемость организма к различным заболеваниям.

С помощью подвижных сюжетных игр малыши легче проходят адаптацию в детском саду, учатся действовать по словесной инструкции взрослого. У них появляется интерес к занятиям, которые вызывают положительные эмоции, радостное настроение.

Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка и его полноценное физическое развитие являются неотъемлемой частью педагогической работы в дошкольном учреждении. Одна из важнейших задач в этой работе – удовлетворение естественной потребности детей в движении.

Данная программа актуальна для нашего детского сада, так как она:
-разработана в соответствии с целями и задачами детского сада: воспитании нравственно, духовно и физически здорового человека.

Педагогическая целесообразность

Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья дошкольников нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у дошкольников мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности. Одним из наиболее эффективных способов решения данной проблемы в дошкольном учреждении является организация дополнительной образовательной деятельности по подвижным играм. Подвижные игры создают благоприятные условия для развёртывания активной двигательной деятельности. Осуществляя самые разные движения, ребенок получает возможность самосовершенствования, формируется интерес и любовь к физической культуре.

Цели и задачи программы

Цель программы - приобщение детей к физической культуре посредством подвижных игр.

Задачи программы.

1. Совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к различным заболеваниям.
2. Развитие двигательных способностей детей и физических качеств (быстрота, сила, выносливость, гибкость, подвижность в суставах, ловкость).
3. Формирование устойчивого интереса к подвижным играм, спортивным упражнениям и умение использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
4. Обучение правилам выполнения подвижных игр
5. Формирование у обучающихся культуры общения и поведения во время игр.

Отличительные особенности

Отличительной особенностью данной дополнительной общеразвивающей программы от уже существующих в этой области заключается в том, что программа составлена с учетом игровой деятельности младших дошкольников. Игра деятельность вызывает активную работу мысли, способствует расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, о

физических качествах своего тела, стимулирует переход детского организма к более высокой ступени развития.

Возраст детей

Возраст детей участвующих в реализации данной дополнительной общеразвивающей программы от 4 до 5 лет. Дети этого возраста активны и неустойчивы. Малыши в этом возрасте проявляют постоянную готовность к деятельности.

Детям 4-5 лет свойственны общая статическая неустойчивость тела и ограниченные динамические возможности.

У детей этого возраста сравнительно большое развитие верхней части тела и мускулатуры плечевого пояса и мышц-сгибателей.

Дошкольники 4-5 лет обладают высокой двигательной активностью при недостаточной согласованности движений, в которых участвуют крупные группы мышц. В этом периоде отмечается повышенная утомляемость при длительном сохранении одной и той же позы и выполнении однотипных движений.

Структура легочной ткани еще не достигает полного развития; носовые ходы, трахея и бронхи сравнительно узки, что несколько затрудняет поступление воздуха в легкие; ребра незначительно наклонены, диафрагма расположена высоко, в связи с чем, амплитуда дыхательных движений невелика. Ребенок дышит поверхностно и значительно чаще, чем взрослый: у детей 4-5 лет частота дыхания - 30 в минуту. Неглубокое дыхание у детей ведет к сравнительно плохой вентиляции легких и к некоторому застою воздуха, а растущий организм требует повышенной доставки кислорода к тканям. Именно поэтому особенно важны физические упражнения на свежем воздухе, активизирующие процессы газообмена. Жизненная емкость легких (ЖЕЛ) у детей 4-5 лет составляет 400- 500 см³.

Деятельность сердечно-сосудистой системы у дошкольников хорошо приспособлена к требованиям растущего организма, а повышенная потребность тканей в снабжении кровью удовлетворяется легко. Ведь сосуды у детей шире, чем у взрослых, и кровь по ним течет свободнее. Количество крови у ребенка относительно больше, чем у взрослого, но путь, который она должна проходить по сосудам, короче, а скорость кровообращения больше. Так, например, если пульс у взрослого равен 70-74 ударам в минуту, то у дошкольников в среднем 90-100 ударам. Нервная регуляция сердца несовершенна, поэтому оно быстро возбуждается, ритмичность его сокращений легко нарушается, и сердечная мышца при физической нагрузке довольно быстро утомляется. Однако при смене деятельности сердце ребенка быстро успокаивается и восстанавливает свои силы. Вот почему во время занятий с детьми физические упражнения

нужно разнообразить: чередовать подвижные игры с играми малой двигательной активности и часто давать ребенку кратковременный отдых.

Нервная система в дошкольном возрасте развита лучше, чем у детей до 3 лет. В этом периоде заканчивается созревание нервных клеток в головном мозге, который по внешнему виду и весу приближается к мозгу взрослого, но сама нервная система еще слаба. Поэтому надо учитывать легкую возбудимость дошкольников, очень осторожно относиться к ним: не давать длительных непосильных нагрузок, избегать чрезмерного утомления, так как процессы возбуждения в этом возрасте преобладают над процессами торможения.

У детей в этом возрасте процесс образования костей не завершен, несмотря на то, что кровоснабжение у них лучше, чем у взрослых. В скелете много хрящевой ткани, благодаря чему возможен дальнейший его рост.

Однако из-за относительной слабости костно-мышечного аппарата и быстрой утомляемости дошкольники еще не способны к длительному мышечному напряжению.

Дети младшего дошкольного возраста еще не владеют четкими движениями при ходьбе: они не могут ритмично бегать, часто теряют равновесие, падают. Многие из них плохо отталкиваются от пола или земли, бегают, опираясь на всю стопу. Они не могут поднять свое тело даже на небольшую высоту, поэтому им еще недоступны прыжки в высоту, через препятствия и прыжки на одной ноге. Дошкольники этого возраста охотно играют с мячом, однако движения их еще недостаточно согласованны, глазомер не развит: им трудно ловить мяч. Они быстро утомляются от разнообразных движений, отвлекаются.

Сроки реализации

Сроки реализации дополнительной общеразвивающей программы 1 год

Формы и режим занятий

Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую часть. Причем большее количество времени занимает практическая часть.

Режим занятий

Продолжительность занятия – 20 мин
Занятия проводятся 1 раз в неделю в спортивном зале.

Ожидаемые результаты

1. Формирование навыков выполнения правил подвижных игр.
2. Развитие двигательных способностей детей.

3. Развитие координации, ловкости, быстроты, силы, общей выносливости, гибкости.
4. Осознанное отношение к собственному здоровью.

Формы подведения итогов реализации программы:

Педагогический анализ занятий и умений детей (диагностика) проводится два раза в год в начале и в конце учебного года.

В качестве показателей физической подготовленности выступают определенные двигательные качества и способности ребенка, такие как ловкость, координационные способности, меткость, силовые качества. Уровень развития двигательных качеств оцениваются с помощью диагностических тестов на физическую подготовленность.

Тесты для определения скоростно-силовых качеств:

- Прыжок в длину с места.
- Бросок набивного мяча из-за головы двумя руками стоя.

Тест для определения ловкости:

- Ловля мяча малого диаметра броском правой и левой руки.
- Набивание малого мяча бадминтонной ракеткой 3 из 3

Тест на координационные способности:

- Сохранение равновесия.

Тест на меткость:

- Бросок в вертикальную и горизонтальную корзины с расстояния 2 м
- Сбить кегли с расстояния 3 м.

Учебный план

№ п/п	Наименование учебных этапов	Всего часов	Теория	Практика
1	Разучить сюжетные подвижные игры и игровые задания	4	1	3
2	Разучить игры и игровые задания с прыжками и лазанием	4	-	4
3	Разучить игры с бегом и игровые задания	4	2	2
4	Разучить игры и игровые задания на ориентировку в пространстве и равновесие	4	2	2
5	Разучить игры и игровые задания с метанием и ловлей	4	1	3
6	Разучить народные и хороводные игры и игровые задания	4	1	3
7	Разучить игры-забавы, аттракционы	4	1	3
8	Разучить подвижные игры и игровые задания с элементами спортивных игр	4	2	2
	Всего	32	10	22

Комплексы упражнений и подвижные игры рассчитаны на детей 3-4 лет. Одна группа подвижных игр разучивается детьми в течение одного месяца, некоторые упражнения и игры, по мере их усвоения, могут видоизменяться, усложняться.

Занятия проводятся в спортивном зале.

Учебно-тематический план

№	Наименование учебных этапов	Всего часов	Теория	Практика
1	Разучить сюжетные подвижные игры и игровые задания	4	1	3
1.1	Познакомить с правилами сюжетных игр.	1	1	-
1.2	Учить соблюдать правила сюжетных подвижных игр и игровых заданий в игровой деятельности	3	-	3
2	Разучить игры и игровые задания с прыжками и лазанием и игровые задания	4	-	4
2.1	Познакомить с правилами игр и игровых заданий с прыжками и лазанием	3		3
2.2	Учить соблюдать правила игр и игровых заданий с прыжками и лазанием в игровой деятельности	1		1
3.	Разучить игры с бегом и игровые задания	4	2	2
3.1	Познакомить с правилами игр с бегом и игровых заданий	2	1	1
3.2	Учить соблюдать правила игр с бегом и игровых заданий в игровой деятельности	2	1	1
4.	Разучить игры и игровые задания на ориентировку в пространстве и равновесие	4	2	2
4.1	Познакомить с правилами игр и игровых заданий на ориентировку в пространстве и равновесие	2	1	1
4.2	Учить соблюдать правила игр и игровых заданий на ориентировку в пространстве и равновесие в игровой деятельности	2	1	1
5.	Разучить игры и игровые задания с метанием и ловлей	4	1	3

5.1	Познакомить с правилами игр и игровых заданий с метанием и ловлей	2	0,5	1,5
5.2	Учить соблюдать правила игр и игровых заданий с метанием и ловлей в игровой деятельности	2	0,5	1,5
6.	Разучить народные и хороводные игры и игровые задания	4	1	3
6.1	Познакомить с правилами народных и хороводных игр и игровых заданий	2	0,5	1,5
6.2	Учить соблюдать правила народных и хороводных игр и игровых заданий в игровой деятельности	2	0,5	1,5
7.	Разучить игры-забавы, аттракционы	4	1	3
7.1	Познакомить с правилами игр-забав, аттракционов	2	0,5	1,5
7.2	Учить соблюдать правила игр-забав, аттракционов в игровой деятельности	2	0,5	1,5
8.	Разучить подвижные игры и игровые задания с элементами спортивных игр	4	2	2
8.1	Познакомить с правилами подвижных игр и игровых заданий с элементами спортивных	2	1	1
8.2	Учить соблюдать правила подвижных игр и игровых заданий с элементами спортивных в игровой деятельности	2	1	1
9	Всего	32	10	22

Содержание программного материала.

Месяц	Задачи	Всего часов
--------------	---------------	--------------------

Октябрь	1. Познакомить с правилами сюжетных игр. 2. Учить соблюдать правила сюжетных подвижных игр: «Воробы и автомобиль», «Пузырь», «Медведь и пчелы», «Зайцы и волк», «Воробышки и кот», «Мы веселые ребята», «У медведя во бору», «Волк во рву» «Обезьянки», «Море волнуется» 3. Разучить комплекс ОРУ с султанчиками 4. Развивать выносливость, ориентировку в пространстве, ловкость	4 часа
Ноябрь	1. Познакомить с правилами игр и игровых заданий с прыжками и лазанием 2. Учить соблюдать правила игр и игровых заданий с прыжками и лазанием в игровой деятельности. «Альпинисты», «Перелет птиц», эстафеты с лазанием, перелезанием, игры со скакалкой, резинкой, Удочка 3. Развивать мышечную силу ног, рук, ловкость, 4. Разучить комплекс ОРУ с платочками	4 часа
Декабрь	1. Познакомить с правилами игр и игровых заданий с бегом 2. Учить соблюдать правила игр и игровых заданий с бегом в игровой деятельности. «Ловишки», «Пятнашки», «Перебежки» «Вызов номеров», «День-ночь», «Кто первый через обруч к флажку», «Перемени предмет», «Кто скорее до флажка» и т. п.). 3. Развивать ловкость, равновесие, гибкость. 4. Укреплять дыхательную систему. 5. Разучить комплекс ОРУ с кубиками	4 часа

Январь	1. Познакомить с правилами игр и игровых заданий на ориентировку в пространстве и равновесие 2. Учить соблюдать правила игр и игровых заданий на ориентировку в пространстве и равновесие в игровой деятельности. «Чье звено скорее построится», «Кто скорее к своему флажку» «Найди, где спрятано», «Найди себе пару», «Найдите свой домик». 3. Развивать равновесие, ловкость, умение работать в группах 4. Развивать умение договариваться, взаимопомощь 5. Разучить комплекс ОРУ с гимнастической палкой	4 часа
Февраль	1.Познакомить с правилами игр и игровых заданий с метанием и ловлей 2. Учить соблюдать правила игр и игровых заданий с метанием и ловлей в игровой деятельности. «Ловишки с мячом», «Пятнашки с мячом», «Эстафеты с мячом», «Школа мяча», «Передача мяча по кругу». «Гонка мячей», «Мяч соседу», «Не давай мяча водящему», «Охотники и утки», стрельба по мишени, перестрелка 3. Развивать волевые и двигательные качества (быстроту, выдержку и т.д.) 4.Разучить комплекс ОРУ с лентой	4 часа
Март	1.Познакомить с правилами народных и хороводных игр и игровых заданий 2. Учить соблюдать правила народных и хороводных игр и игровых заданий в игровой деятельности. «Мышеловка», «Ровным кругом», «Карусели», «Пузырь» 3.Учить реагировать на визуальные контакты, слышать музыку. 4.Разучить комплекс ОРУ с обручем 5.Развивать быстроту, ловкость, гибкость	4 часа

Апрель	1.Познакомить с правилами игр-забав, аттракционов 2. Учить соблюдать правила игр-забав, аттракционов в игровой деятельности. Бег в мешках, эстафеты, перетягивание каната, Перетяни пару 3.Разучить комплекс ОРУ с большим мячом 4.Продолжать развивать равновесие, гибкость, силу ног. 5.Воспитывать любовь к физкультуре. 6.Развивать ориентировку в пространстве.	4 часа
Май	1. Познакомить с правилами подвижных игр и игровых заданий с элементами спортивных 2. Учить соблюдать правила подвижных игр и игровых заданий с элементами спортивных в игровой деятельности 3.Разучить комплекс ОРУ со скакалками 4.Продолжать развивать мышечную силу ног, рук	4 часа
	Итого	32 ч.

Игры и игровые упражнения с бегом.

Игры с бегом дети усваивают быстрее, чем ходьбу - возрастает скорость бега, улучшается пространственная ориентировка в процессе его выполнения, дети с большей лёгкостью меняют направление, оббегают препятствия, придерживаются заданного направления.

«Догони мяч», «Солнышко и дождик», «Птички в гнёздышках», «Воробышки и автомобиль», «Бегите ко мне», «Карусель» и др.

«Не боимся мы кота», «У медведя во бору», «Самолёты», «Солнышко и дождик», «Наперегонки», «Догони обруч», «Схвати змею за хвост» и др.

«Бег с препятствиями», «Попробуй, догони», «Гуси—лебеди», «Морская фигура», «Весёлые ребята», «Перемена местами», «Коршун и наседка», «Поймай дракона за хвост». «Ловишки», «Пятнашки», «Перебежки» «Вызов номеров», «День-ночь», «Кто первый через обруч к флажку» «Перемени предмет», «Кто скорее до флажка» и т. п.).

Игры и игровые упражнения на метание. Упражнения в метании, катании, бросании улучшают общую координацию движений, способствуют укреплению

мышц ног, туловища, плечевого пояса и рук.

«Попади в обруч», «Кто дальше бросит?», «Прокати мяч в воротца», «Лови—бросай», «Сбей кеглю».

Игры и игровые упражнения на равновесие и ориентировку в пространстве

Упражнения в равновесии являются необходимым компонентом для выполнения любого движения и для сохранения любой рабочей позы. Основная задача упражнений на равновесие состоит в том, чтобы научить детей сохранять устойчивое положение тела в разнообразных ситуациях и быстро его восстанавливать.

«По ровненькой дорожке», «Ходьба по доске», «С горки на горку», «Пройди по верёвочке», «Бег боком».

Игры и игровые упражнения на ориентировку в пространстве.

В процессе действий на ориентировку в пространстве, у детей приобретается опыт поведения и ориентировка в условиях действия коллектива. Такие игры требуют от играющих сообразительности и широкой ориентировки в пространстве

«Найди, где спрятался зайка?», «Где звенит?», «Найди флажок», «Кто позвал?», «Бездомный заяц», «Воробышки и автомобиль», «Кролики», «Не задень», «Найди пару». «Чье звено скорее построится», «Кто скорее к своему флажку» «Найди, где спрятано», «Найди себе пару», «Найдите свой домик»,

Игры и игровые упражнения с прыжками и лазаньем.

Упражнения в ползании и лазанье развивают силу, ловкость, смелость, координацию движений, помогают формированию правильной осанки. Горизонтальная поза содействует разгрузке позвоночника. Ползание развивает и укрепляет мускулатуру как крупных мышечных групп (плечевого пояса, спины, живота), так и мелких мышц рук, предплечья и спины.

«Проползи между пирамидками», «Подлезь под воротики», «Лазанье по гимнастической стенке». «Альпинисты», «Перелет птиц», эстафеты с лазанием, перелезанием,

Прыжки укрепляют и развивают мышцы ног, брюшного пресса, содействуют развитию быстроты, ловкости, координации движений.

«Зайка беленький сидит», «Мой весёлый звонкий мяч». «Перепрыгни через ручеёк», «Весёлые зайчишки», «По дорожке». «Поймай комара», «Поймай снежинку».

«Допрыгни до мяча», «Кто выше», «Прыжки на одной ноге», «Попрыгунчики», «Кто быстрее». «Переселение лягушек», «Поймай комара», «Поймай снежинку», «Лягушки».

«Прыжки с мячом», «Прыжки по кочкам», «Точно в круг», «Цапля», «Скачи за мной», «Поймай лягушку», «Зайцы и волк».

игры со скакалкой, резинкой, Удочка

Сюжетные подвижные игры

Игры этого вида строятся на основе опыта детей, имеющихся у них представлений и знаний об окружающей жизни, профессиях (летчик, пожарный, шофер и т.п.), средствах транспорта (автомобиль, поезд, самолет), явлениях природы, образе жизни и повадках животных и птиц. Сюжет игры и правила обуславливают характер движения играющих. Движения носят имитационный характер. Дети начинают, прекращают или изменяют движения в соответствии с правилами игры.

Занятия с определённым сценарием воспитывают в детях чувство ответственности и собранности. Сюжетные игры очень разнообразны, рассмотрим некоторые из них. Воробьи и автомобиль. Все дети садятся на стулья или скамейки на одной стороне площадки. Здесь они играют роль воробушек, которые сидят в своих гнёздах. На противоположной стороне стоит воспитатель, представленный в роли автомобиля. Когда педагог говорит: «Полетели воробушки», все дети встают и бегают или ходят на площадке. По команде: «Автомобиль едет», все дети возвращаются как можно быстрее в свои гнёзда. Самолёты. Воспитатель называет определённых детей в количестве 3-4, которые становятся на противоположную от других сторону. По команде: «К полёту приготовиться, завести моторы», дети делают вращательные движения руками перед грудью. Когда педагог говорит: «Полетели», дети разводят руки в стороны, имитируя самолёт, и бегут на другую сторону. По команде «На посадку» дети приземляются на свои места. Затем выбирается следующая группа малышей. Пузырь. Дети вместе с воспитателем образуют небольшой круг, держась за руки. Когда педагог произносит: «Раздувайся пузырь, раздувайся большой», дети потихоньку отходят назад, образуя большой круг. После того, как педагог скажет: «Лопнул пузырь», дети должны опустить руки и сесть на корточки, произнеся «Хлоп». После этого нужно встать и снова образовать маленький круг. Летают птички. Дети встают на какую-либо возвышенность по одной стороне площадки. После слов «Светит солнышко» дети выбегают на площадку и начинают искать и клевать импровизированные зёрна. Когда воспитатель произносит: «Пошёл дождик», дети возвращаются обратно на возвышенность.

«Медведь и пчелы», «Зайцы и волк», «Воробушки и кот», «Мы веселые ребята», «Ловишки», «У медведя во бору», «Волк во рву» «Обезьянки», «Море волнуется», Два мороза

Игры с метанием и ловлей. В основе таких игр лежит выполнение определенных двигательных заданий в соответствии с правилами. Элементы соревнования побуждают детей к большей активности, к проявлению различных волевых и двигательных качеств (быстроты, выдержки и т. д.) «Ловишки с мячом», «Пятнашки с мячом», «эстафеты с мячом», «Школа мяча»

кегли, серсо, кольцоброс, бабки, «передача мяча по кругу». «Гонка мячей», «Мяч соседу», «не давай мяча водящему», стрельба по мишени, перестрелка, охотники и утки

Народные и хороводные игры. Они проходят под песню или стихотворение, что придает специфический оттенок движениям. «Мышеловка», «Ровным кругом», «Карусели», «Пузырь»,

Игры-забавы, аттракционы - бег в мешках, эстафеты, перетягивание каната, Перетяни пару

Подвижные игры с элементами спортивных (городки, бадминтон, настольный теннис, баскетбол, волейбол, футбол, хоккей). В дошкольном возрасте используются элементы этих игр и дети играют по упрощенным правилам.

Учебно-методическое обеспечение

1. Музыкальный зал
 2. Выставка иллюстраций «Виды спорта» в зале.
 3. Мячи
 4. Обручи
 5. Скакалки
 6. Ключики
 7. Ориентиры
 8. Ленты
 9. Магнитофон;
 10. CD и аудио материал
- игровые атрибуты; «Живые игрушки», стихи, загадки;

ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

- . Гайдай Е. П. Москва «АРКТИ» 2000г. «Игры, забавы, развлечения».
- . Голубева Л.Г.Москва «Просвещение» 2003г. «Растём здоровыми».
- . Ионова А. Н. Москва «Экзамен» 2010г. «Играем, гуляем, развиваем».
- . Казак О.Н.Москва «АРКТИ» 2000г. «Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет.
- . Кенеман А. В.Санкт-Петербург «Детство» 2000г. «Народные подвижные игры для детей».
- . Литвинова О. М. Санкт-Петербург «КАРО» 2006г.«Физкультурные занятия в детском саду».
- . Муравьева В. А. Москва «АЙРИС» 2004г. «Воспитание физических качеств».
- . Патрикеева А.Ю. Москва «ВАКО»2007г. «Подвижные игры».
- . Пензулаева Л, И. Москва «Просвещение» 1985г. «Физкультурные занятия с детьми 4-5 и 3-4 лет»,
- 0.Щербак А.П. Москва «Просвещение» 2008г. «Тематические физкультурные занятия».

1. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011