

|  |
| --- |
| **Содержание** |
|  | Пояснительная записка | 3 |
|  | Цели и задачи реализации программы | 3 |
|  | Планируемые результаты освоения программы | 4 |
|  | Содержание программы | 4 |
|  | Тематическое планирование | 9 |
|  | Методическое обеспечение  | 24 |
|  | Материально – техническое обеспечение  | 24 |
|  | Список использованной литературы  | 24 |

**1.Пояснительная записка**

 Настоящая рабочая программа по образовательной области «Физическое развитие» вид образовательной деятельности «Физическая культура» детей дошкольного возраста 3-4 лет разработана на основе:

Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации: Примерной основной «Программа воспитания и обучения в детском саду» под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой;

Учебно-методического комплекта к программе «Программа воспитания и обучения в детском саду» под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой;

Авторская программа Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду с детьми 3-4 лет»,

Образовательной программы ОУ,

Всоответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами.

Образовательная область представлена работой всего педагогического коллектива по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей. Центральное место занимает соблюдение режима дня, проведение комплекса закаливающих процедур и ежедневных физкультурных занятий, проводимых инструктором по физической культуре.

 Используются различные виды здоровьесберегающих технологий: медико-профилактические (организация мониторинга здоровья дошкольников; организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, организация профилактических мероприятий в детском саду; организация здоровьесберегающей среды в ОУ); физкультурно-оздоровительные (развитие физических качеств, двигательной активности; становление физической культуры дошкольников; профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки; воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье); технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка (психолого-педагогическое сопровождение развития ребенка); здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования (развитие потребности к здоровому образу жизни); валеологического просвещения родителей (информационная наглядность, беседы, личный пример педагога, нетрадиционные формы работы с родителями, семинары – практикумы и др. формы работы); здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду (режим смены динамических поз).

**2.Цели и задачи**

**Цель**: Создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, обеспечение безопасности и жизнедеятельности дошкольника.

Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения.

**Задачи:**

* развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
* формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

**Основные принципы работы**

* соответствовать принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
* обеспечивать единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;
* строиться с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
* основываться на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
* предусматривать решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
* предполагать построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.

**3.Планируемые результаты освоения Программы**

**к концу года дети должны**

* Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; выполнять задания воспитателя: остановиться, присесть, по­вернуться.
* Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, соблюдать темп бега в соответствии с указанием воспитателя.
* Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.
* Ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
* Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см.
* Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.
* Уметь выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии.

**4.Содержание программы**

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 наносящем 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.)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Название раздела** | **Содержание раздела** | **Формы работы с детьми** |
| Физическая культура | Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно призем­ляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; при­нимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, броса­нии. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в дви­жении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выпол­нять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физичес­ких упражнений, в подвижных играх. Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процес­се двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, теле­жками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, пол­зания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, со­гласовывать движения, ориентироваться в пространстве. | **В образовательной деятельности**Физкультурные занятия:- сюжетно-игровые,- тематические,-классические,-тренирующие,- на тренажерах,- на улице,-походы.Общеразвивающие упражнения:-с предметами,- без предметов,-сюжетные,-имитационные.Игры с элементами спорта. Спортивные упражнения |
| **Основные движения** | Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнени­ем заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической ска­мейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по реб­ристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, поло­женной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны. Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убе­гать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м). Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонталь­ную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и ле­вой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд). Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через брев­но. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м). Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (рас­стояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыж­ки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см. Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смы­кание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием,Ритмическая гимнастика. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку. |  |
| **Общеразвивающие упражнения** | Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одно­временно, поочередно). Перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отво­дить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами. Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позво**ночника.** Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, под­тянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и раз­гибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и об­ратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны. Упражнения для развития и укрепления мышц **брюшного** пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками инаклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захваты­вать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни. |  |
| **Подвижные игры** | С бегом. «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках». С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воро­бышки и кот», «С кочки на кочку». С подлезанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики». С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет». На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано». |  |

**5.Тематическое планирование к рабочей программе «Физическая культура»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  **Название ОД** | **Цели** | **Список используемой литературы** |
| **ОД 1-2** | Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. Продолжать развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. | 1. Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет».
 |
| **ОД 3** **«Бегите ко мне» Занятие на прогулке**  |  Учить начинать ходьбу по сигналу. Развивать равновесие - учить ходить по ограниченной поверхности (между двух линий) | 1. Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет».
 |
| **ОД 4-5** | Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте. Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.  | 1. Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет».
 |
| **ОД 6** **«Догони меня»** **Занятие на прогулке**  | Учить ходить и бегать, меняя направление на определенный сигнал. Развивать умение ползать | 1. Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет».
 |
| **ОД 7-8** | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.Продолжать развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании. | 1. Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет».
 |
| **ОД 9** **«В гости к куклам»** **Занятие на прогулке**  | Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега. Приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. | 1. Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет».
 |
| **ОД 10-11** | Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур. Продолжать развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур. | 1. Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет».
 |
| **ОД 12****«Бегите ко мне»** **Занятие на прогулке**  | Учить подлезать под веревку, бросать предмет вдаль правой и левой рукой. Развивать умение бегать в определенном направлении. | 1. Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет».
 |
| **ОД 13-14** | Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.Продолжать упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. | 1. Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет».
 |
| **ОД 15** **«Бегите ко мне»** **Занятие на прогулке**  | Учить лазать по гимнастической стенке, ходить по ограниченной поверхности, ползать и катать мяч. Совершенствовать бег в определенном направлении. Упражнять в ходьбе, сохраняя равновесие, помогать преодолевать робость. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 16-17** | Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.Продолжать упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу  | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 18** **«Догони мяч»** **Занятие на прогулке**  | Ознакомить с выполнением прыжка вперед на двух ногах. Учить бросать предмет в горизонтальную цель, ходить по гимнастической скамейке, бросать мяч вдаль из-за головы двумя руками. Упражнять в ползании на четвереньках. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 19-20** | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом. Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.  | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 21** **«Через ручеек»** **Занятие на прогулке**  | Учить прыгать в длину с места, ходить парами в определенном направлении. Приучать внимательно слушать и ждать сигнала для начала движений | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 22-23** | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 24** «**Солнышко и дождик»** **Занятие на прогулке**  | Учить ходить по наклонной доске, бросать и ловить мяч. Упражнять в метании вдаль от груди. Воспитывать выдержку. Приучать согласовывать движения с движениями других детей | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 25-26** | Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.Продолжать упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 27** **«Догони меня» Занятие на прогулке**  | Упражнять в прыжке в длину с места, в бросании вдаль правой и левой рукой, в ползании на четверень­ках в ходьбе по наклонной доске, в ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение не терять равновесие во время ходьбы по гимнастической скамейке. Учить переступать через препятствия, ходить по кругу, взявшись за руки, ходить на носочках, катать мяч, ходить в разных направлениях, не наталкиваясь. Закреплять умение реагировать на сигнал. Развивать ловкость и координацию движений | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 28-29** | Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.Продолжать упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 30** **«Догони мяч» Занятие на прогулке**   | Упражнять в прыжке в длину с места, в бросании вдаль правой и левой рукой, в ползании на четверень­ках в ходьбе по наклонной доске, в ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение не терять равновесие во время ходьбы по гимнастической скамейке. Учить переступать через препятствия, ходить по кругу, взявшись за руки, ходить на носочках, катать мяч, ходить в разных направлениях, не наталкиваясь. Закреплять умение реагировать на сигнал. Развивать ловкость и координацию движений | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 31-32** | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.Продолжать развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 33** **«Солнышко и дождик»** **Занятие на прогулке**   | Упражнять в прыжке в длину с места, в бросании вдаль правой и левой рукой, в ползании на четверень­ках в ходьбе по наклонной доске, в ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение не терять равновесие во время ходьбы по гимнастической скамейке. Учить переступать через препятствия, ходить по кругу, взявшись за руки, ходить на носочках, катать мяч, ходить в разных направлениях, не наталкиваясь. Закреплять умение реагировать на сигнал. Развивать ловкость и координацию движений | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 34-35** | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.Продолжать упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 36** **«Воробышки и автомобиль»** **Занятие на прогулке** | Упражнять в прыжке в длину с места, в бросании вдаль правой и левой рукой, в ползании на четверень­ках в ходьбе по наклонной доске, в ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение не терять равновесие во время ходьбы по гимнастической скамейке. Учить переступать через препятствия, ходить по кругу, взявшись за руки, ходить на носочках, катать мяч, ходить в разных направлениях, не наталкиваясь. Закреплять умение реагировать на сигнал. Развивать ловкость и координацию движений. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 37-38** | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **НОД 39** **«Поезд»** **Занятие на прогулке** | Учить бросать вдаль левой и правой рукой, ползать по гимнастической скамейке, развивать внимание и координацию движений, формировать умение бросать и ловить мяч, быть внимательными, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми, лазать по гимнастической стенке, согласовывать своидвижения с движениями товарищей. Упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, друг за другом со сменой направления. Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, прыжок в длину с места, развивать чувство равновесия. Закреплять умение ползать и подлезать под веревку. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 40-41** | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча. Продолжать упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.  | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 42** **«Самолеты» Занятие на прогулке** | Учить бросать вдаль левой и правой рукой, ползать по гимнастической скамейке, развивать внимание и координацию движений, формировать умение бросать и ловить мяч, быть внимательными, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми, лазать по гимнастической стенке, согласовывать своидвижения с движениями товарищей. Упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, друг за другом со сменой направления. Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, прыжок в длину с места, развивать чувство равновесия. Закреплять умение ползать и подлезать под веревку. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 43-44** | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 45** **«Пузырь»** **Занятие на прогулке** | Учить бросать вдаль левой и правой рукой, ползать по гимнастической скамейке, развивать внимание и координацию движений, формировать умение бросать и ловить мяч, быть внимательными, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми, лазать по гимнастической стенке, согласовывать своидвижения с движениями товарищей. Упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, друг за другом со сменой направления. Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, прыжок в длину с места, развивать чувство равновесия. Закреплять умение ползать и подлезать под веревку. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 46-47** | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.Продолжать пражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 48** **«Птички в гнездышках»** **Занятие на прогулке** | Учить бросать вдаль левой и правой рукой, ползать по гимнастической скамейке, развивать внимание и координацию движений, формировать умение бросать и ловить мяч, быть внимательными, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми, лазать по гимнастической стенке, согласовывать своидвижения с движениями товарищей. Упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, друг за другом со сменой направления. Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, прыжок в длину с места, развивать чувство равновесия. Закреплять умение ползать и подлезать под веревку. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **НОД 49-50** | Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.Продолжать повторять ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 51** **«Догони меня» Занятие на прогулке**  | Приучать соблюдать направление при катании мяча, формировать умение выполнять задание самостоя­тельно. Упражнять в лазанье по гимнастической стенке. Совершенствовать метание в горизонтальную цель правой и левой рукой, прыжок в длину с места. Учить ползать по гимнастической скамейке, ползать на четвереньках и подлезать под рейку (веревку), прыгать в глубину, катать мяч друг другу, ходить по наклонной доске, следить, чтобы дети были внима­тельны, учить умению ориентироваться в пространстве, учить быстро реагировать на сигнал. Закреплять умение ходить и бегать в колонне по одному. Развивать чувство равновесия и координацию движений | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 52-53** | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.Продолжать упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 54** **«Воробышки и автомобиль»** **Занятие на прогулке** | Приучать соблюдать направление при катании мяча, формировать умение выполнять задание самостоя­тельно. Упражнять в лазанье по гимнастической стенке. Совершенствовать метание в горизонтальную цель правой и левой рукой, прыжок в длину с места. Учить ползать по гимнастической скамейке, ползать на четвереньках и подлезать под рейку (веревку), прыгать в глубину, катать мяч друг другу, ходить по наклонной доске, следить, чтобы дети были внима­тельны, учить умению ориентироваться в пространстве, учить быстро реагировать на сигнал. Закреплять умение ходить и бегать в колонне по одному. Развивать чувство равновесия и координацию движений. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 55-56** | Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.Продолжать упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 57** **«Птички в гнездышках»** **Занятие на прогулке** | Приучать соблюдать направление при катании мяча, формировать умение выполнять задание самостоя­тельно. Упражнять в лазанье по гимнастической стенке. Совершенствовать метание в горизонтальную цель правой и левой рукой, прыжок в длину с места. Учить ползать по гимнастической скамейке, ползать на четвереньках и подлезать под рейку (веревку), прыгать в глубину, катать мяч друг другу, ходить по наклонной доске, следить, чтобы дети были внима­тельны, учить умению ориентироваться в пространстве, учить быстро реагировать на сигнал. Закреплять умение ходить и бегать в колонне по одному. Развивать чувство равновесия и координацию движений. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 58-59** | Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.Продолжать повторять ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 60** **«Жуки»** **Занятие на прогулке** | Приучать соблюдать направление при катании мяча, формировать умение выполнять задание самостоя­тельно. Упражнять в лазанье по гимнастической стенке. Совершенствовать метание в горизонтальную цель правой и левой рукой, прыжок в длину с места. Учить ползать по гимнастической скамейке, ползать на четвереньках и подлезать под рейку (веревку), прыгать в глубину, катать мяч друг другу, ходить по наклонной доске, следить, чтобы дети были внима­тельны, учить умению ориентироваться в пространстве, учить быстро реагировать на сигнал. Закреплять умение ходить и бегать в колонне по одному. Развивать чувство равновесия и координацию движений. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 61-62** | Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.Продолжать упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 63** **«Воробышки и автомобиль»** **Занятие на прогулке** | Учить катать мяч в цель, прыжкам в длину, ходьбе по наклонной доске, по гимнастической скамейке, подпрыгивать, способствовать развитию координации движения, учить быть дружными, помогать другдругу. Совершенствовать бросание на дальность из-за головы, согласовывать движения с движениями това­рищей, быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание. Упражнять в ползании и подрезании под рейку, бросании и ловле мяча, в ползании по гимнастической скамейке. Способствовать развитию глазомера и воспитанию выдержки, смелости, развитию чувства равновесия. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
|  |  |  |
| **ОД 64-65** | Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 66** **«Кошка и мышки»** **Занятие на прогулке** | Учить катать мяч в цель, прыжкам в длину, ходьбе по наклонной доске, по гимнастической скамейке, подпрыгивать, способствовать развитию координации движения, учить быть дружными, помогать другдругу. Совершенствовать бросание на дальность из-за головы, согласовывать движения с движениями това­рищей, быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание. Упражнять в ползании и подрезании под рейку, бросании и ловле мяча, в ползании по гимнастической скамейке. Способствовать развитию глазомера и воспитанию выдержки, смелости, развитию чувства равновесия. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 67-68** | Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.Продолжать упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 69****«Догоните меня»** **Занятие на прогулке** | Учить катать мяч в цель, прыжкам в длину, ходьбе по наклонной доске, по гимнастической скамейке, подпрыгивать, способствовать развитию координации движения, учить быть дружными, помогать другдругу. Совершенствовать бросание на дальность из-за головы, согласовывать движения с движениями това­рищей, быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание. Упражнять в ползании и подрезании под рейку, бросании и ловле мяча, в ползании по гимнастической скамейке. Способствовать развитию глазомера и воспитанию выдержки, смелости, развитию чувства равновесия. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 70-71** | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.Продолжать упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 72** **«Поезд»** **Занятие на прогулке** | Учить катать мяч в цель, прыжкам в длину, ходьбе по наклонной доске, по гимнастической скамейке, подпрыгивать, способствовать развитию координации движения, учить быть дружными, помогать другдругу. Совершенствовать бросание на дальность из-за головы, согласовывать движения с движениями това­рищей, быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание. Упражнять в ползании и подрезании под рейку, бросании и ловле мяча, в ползании по гимнастической скамейке. Способствовать развитию глазомера и воспитанию выдержки, смелости, развитию чувства равновесия. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 73-74** | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 75** **«Кошка и мышка»** **Занятие на прогулке** | Учить метанию на дальность двумя руками из-за головы и катанию мяча в воротца, сохранять направ­ление при метании и катании мячей, ходить парами, ходьбе по наклонной доске, метанию на дальность правой и левой рукой, ползанию на четвереньках и подрезанию под веревку (рейку), бросать и ловить мяч, дружно играть, помогать друг другу, прыгать с высоты, умению сохранять определенное направление при броске предметов. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 76-77** | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.Продолжать упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 78** **«Пузырь»** **Занятие на прогулке** | Учить метанию на дальность двумя руками из-за головы и катанию мяча в воротца, сохранять направ­ление при метании и катании мячей, ходить парами, ходьбе по наклонной доске, метанию на дальность правой и левой рукой, ползанию на четвереньках и подрезанию под веревку (рейку), бросать и ловить мяч, дружно играть, помогать друг другу, прыгать с высоты, умению сохранять определенное направление при броске предметов. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 79-80** | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.Продолжать развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 81** **«Солнышко и дождик»** **Занятие на прогулке** | Учить метанию на дальность двумя руками из-за головы и катанию мяча в воротца, сохранять направ­ление при метании и катании мячей, ходить парами, ходьбе по наклонной доске, метанию на дальность правой и левой рукой, ползанию на четвереньках и подрезанию под веревку (рейку), бросать и ловить мяч, дружно играть, помогать друг другу, прыгать с высоты, умению сохранять определенное направление при броске предметов. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 82-83** | Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.Продолжать развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 84** **«Мой веселый, звонкий мяч»** **Занятие на прогулке** | Учить метанию на дальность двумя руками из-за головы и катанию мяча в воротца, сохранять направ­ление при метании и катании мячей, ходить парами, ходьбе по наклонной доске, метанию на дальность правой и левой рукой, ползанию на четвереньках и подрезанию под веревку (рейку), бросать и ловить мяч, дружно играть, помогать друг другу, прыгать с высоты, умению сохранять определенное направление при броске предметов. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 85-86** | Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.Продолжать повторять ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 87** **«Пузырь»** **Занятие на прогулке** | Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать в глубину. Учить бросать и ловить мяч, ползать с подрезанием, дружно играть и быстро реагировать на сигнал,бросать мяч вверх и вперед, соразмерять бросок с расстоянием до цели. Способствовать развитию чувства равновесия и координации движений.Совершенствовать прыжок в длину с места, метание в горизонтальную цель, метание вдаль из-за голо­вы и катание мяча друг другу, ходьбу по наклонной доске, ползание по гимнастической скамейке. Развивать умение бросать предмет в определенном направлении | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 88-89** | Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.Продолжать пражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 90** **«Воробышки и автомобиль»** **Занятие на прогулке** | Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать в глубину. Учить бросать и ловить мяч, ползать с подрезанием, дружно играть и быстро реагировать на сигнал,бросать мяч вверх и вперед, соразмерять бросок с расстоянием до цели. Способствовать развитию чувства равновесия и координации движений.Совершенствовать прыжок в длину с места, метание в горизонтальную цель, метание вдаль из-за голо­вы и катание мяча друг другу, ходьбу по наклонной доске, ползание по гимнастической скамейке. Развивать умение бросать предмет в определенном направлении. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 91-92** | Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.Продолжать повторение ходьбы и бега с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 93** **«Солнышко и дождик»** **Занятие на прогулке** | Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать в глубину. Учить бросать и ловить мяч, ползать с подрезанием, дружно играть и быстро реагировать на сигнал,бросать мяч вверх и вперед, соразмерять бросок с расстоянием до цели. Способствовать развитию чувства равновесия и координации движений.Совершенствовать прыжок в длину с места, метание в горизонтальную цель, метание вдаль из-за голо­вы и катание мяча друг другу, ходьбу по наклонной доске, ползание по гимнастической скамейке. Развивать умение бросать предмет в определенном направлении. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 94-95** | Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.ПродолжатьУпражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 96** **«Птички в гнездышках»** **Занятие на прогулке** | Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать в глубину. Учить бросать и ловить мяч, ползать с подрезанием, дружно играть и быстро реагировать на сигнал,бросать мяч вверх и вперед, соразмерять бросок с расстоянием до цели. Способствовать развитию чувства равновесия и координации движений.Совершенствовать прыжок в длину с места, метание в горизонтальную цель, метание вдаль из-за голо­вы и катание мяча друг другу, ходьбу по наклонной доске, ползание по гимнастической скамейке. Развивать умение бросать предмет в определенном направлении. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 97-98** | Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.Продолжить повторение ходьбы и бега врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 99** **«Пузырь»** **Занятие на прогулке** | Закреплять умение ходить по наклонной доске, катать мяч. Совершенствовать прыжок в длину с места, метание вдаль одной рукой, ходьбу по гимнастической скамейке, ползание и подрезание под дугу.Учить метанию вдаль из-за головы, согласовывать свои движения с движениями других детей. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке. Способствовать развитию координации движений, ориентировке в пространстве, воспитанию смелости, ловкости и самостоятельности.Развивать чувство равновесия и глазомер. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 100-101** | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 102** **«Солнышко и дождик»** **Занятие на прогулке** | Закреплять умение ходить по наклонной доске, катать мяч. Совершенствовать прыжок в длину с места, метание вдаль одной рукой, ходьбу по гимнастической скамейке, ползание и подрезание под дугу.Учить метанию вдаль из-за головы, согласовывать свои движения с движениями других детей. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке. Способствовать развитию координации движений, ориентировке в пространстве, воспитанию смелости, ловкости и самостоятельности.Развивать чувство равновесия и глазомер. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 103-104** | Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.Продолжить ходьбу с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 105** **«Мой веселый, звонкий****мяч»** **Занятие на прогулке** | Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.Продолжить ходьбу с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке. |  «Л.Н. Пензулаева Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 106-107** | Повторить ходьбу с выполнением задания, задание в прыжках; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры.Продолжить повторение ходьбы с выполнением задания, задание в прыжках; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |
| **ОД 108** **«Воробышки и автомобиль»** **Занятие на прогулке** | Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.Продолжить ходьбу с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке. | Л.Н. Пензулаева «Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет». |

**6.Методическое обеспечение**

1. Программа воспитания и обучения в детском саду / под ред. М. А. Васильевой, В. В. Гер­бовой, Т. С. Комаровой. - 4-е изд. - М. Мозаика-Синтез, 2006.
2. М.А. Васильева, В.В. Гербова, Т.С. Комарова. Комплексные занятие в первой младшей группе. Издательство « Учитель» 2010
3. Л.Н. Пензулаева Физкультурные занятие с детьми 3-4 лет.
4. Программа воспитания и обучения в младшей группе детского сада / Т. С. Комаровой. - 4-е изд. - М.: Мозаика-Синтез, 2008.

**7.Материально-техническое обеспечение**

 Физкультурный уголок. Кегли, мячи разных размеров мешочки для метания, мат, ребристая дорожка, скамейки, погремушки, кубики, бубен,султанчики, детские спортивные игры, массажные коврики, «Дорожки здоровья», музыка для релаксации, стаканчики для полоскания рта, мягкие модули. сухой бассейн, кубы деревянные, дуги, ленты, мешочки с грузом, мячи разного размера, обручи разных размеров, палки гимнастические, скакалки, шнур плетеный, мягкие модули кегли

**8.Список использованной литературы**

1. Программавоспитания и обучения в детском саду / под ред. М. А. Васильевой, В. В. Гер­бовой, Т. С. Комаровой. - 4-е изд. - М. Мозаика-Синтез, 2006.
2. С.Н. Теплюк Занятие на прогулке с малышами. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. Для работы с детьми 2-4 лет
3. Л.И. Пензулаева Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет. Москва Владос 2003
4. Развивающие игры с малышами до трех лет. Ярословь « Академия развития»1996
5. Физкультурные праздники в детском саду Москва « Просвещение» 2000
6. .Физкультурные минутки в детском саду /И.Е. Аверина.М.Айрис-пресс, 2009.
7. Формирование представлений о здоровом образе жизни Дошкольников /И.М.Новикова М. Мозаика Синтез.2009.
8. И.Е. Аверина. Физкультурные минутки в детском саду / М.Айрис-пресс,2009.