

УДК 372.3
ББК 74.100.5
П20

Патрикеев А.Ю.

П20 Конспекты физкультурных занятий. Младшая группа / А.Ю. Патрикеев, С.В. Чиркова. — 2-е изд., эл. — 1 файл pdf: 226 с. — Москва : ВАКО, 2020. — (Дошкольники: учим, развиваем, воспитываем). — Систем. требования: Adobe Reader XI либо Adobe Digital Editions 4.5 ; экран 10". — Текст : электронный.

ISBN 978-5-408-05211-0

Предлагаемые конспекты физкультурных занятий с детьми 3—4 лет составлены в соответствии с требованиями ФГОС ДО, с учетом Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Пособие также включает программно-методические материалы: планирование, описание общеразвивающих упражнений, список оборудования, необходимого для занятий физкультурой. Продуманная мотивация, занимательные упражнения и подвижные игры позволят пробудить у малышей интерес к физической культуре, доставят им удовольствие от движения.

Издание адресовано инструкторам по физической культуре и педагогам дошкольных образовательных организаций.

УДК 372.3
ББК 74.100.5

Электронное издание на основе печатного издания: Конспекты физкультурных занятий. Младшая группа / А.Ю. Патрикеев, С.В. Чиркова. — Москва : ВАКО, 2018. — 224 с. — (Дошкольники: учим, развиваем, воспитываем). — ISBN 978-5-408-03919-7. — Текст : непосредственный.

В соответствии со ст. 1299 и 1301 ГК РФ при устранении ограничений, установленных техническими средствами защиты авторских прав, правообладатель вправе требовать от нарушителя возмещения убытков или выплаты компенсации.

ISBN 978-5-408-05211-0

© ООО «ВАКО», 2018

Содержание

Пояснительная записка	3
Содержание занятий по физическому развитию для детей младшей группы (3—4 года)	5
Планирование на учебный год	10
Конспекты занятий	42
З а н я т и е 1. Ходьба по прямой между линиями	42
З а н я т и е 2. Прыжки на двух ногах на месте	44
З а н я т и е 3*. Ходьба по прямой с предметом в руках	45
З а н я т и е 4. Ходьба по прямой между линиями с предметом в руках и без него	47
З а н я т и е 5. Катание мяча по прямой и его ловля после прокатывания	50
З а н я т и е 6*. Ходьба по прямой с предметом в руках	52
З а н я т и е 7. Медленное кружение в обе стороны	54
З а н я т и е 8. Бросание мяча вниз (об пол) и его ловля после отскока	56
З а н я т и е 9*. Медленное кружение в обе стороны	58
З а н я т и е 10. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	58
З а н я т и е 11. Бросание мяча вниз (об пол) и его ловля после отскока	60
З а н я т и е 12. Ходьба с перешагиванием через предметы	62
З а н я т и е 13. Катание мяча друг другу	64
З а н я т и е 14. Ползание на четвереньках по прямой	66
З а н я т и е 15*. Прыжки из кружка в кружок	67
З а н я т и е 16. Ходьба по доске, лежащей на полу	69
З а н я т и е 17. Ползание на четвереньках по прямой	71
З а н я т и е 18*. Ходьба с перешагиванием через предметы	71
З а н я т и е 19. Ходьба по доске, лежащей на полу	72
З а н я т и е 20. Ползание вокруг предметов	72
З а н я т и е 21*. Прыжки из кружка в кружок	74
З а н я т и е 22. Ползание вокруг предметов	76
З а н я т и е 23. Бросание мяча вверх и его ловля двумя руками	77
З а н я т и е 24*. Прыжки вокруг предметов	79

З а н я т и е	25. Ходьба по гимнастической скамейке	82
З а н я т и е	26. Ловля мяча, брошенного взрослым	85
З а н я т и е	27*. Прыжки вокруг предметов	86
З а н я т и е	28. Ходьба по гимнастической скамейке	87
З а н я т и е	29. Ловля мяча, брошенного взрослым	88
З а н я т и е	30*. Ходьба с перешагиванием через предметы	91
З а н я т и е	31. Ползание между предметами и вокруг них	93
З а н я т и е	32. Ползание между предметами и вокруг них	96
З а н я т и е	33*. Прыжки между предметами	96
З а н я т и е	34. Бросание мяча вниз (об пол) и его отбивание от пола	97
З а н я т и е	35. Перелезание через препятствие (гимнастическое бревно или гимнастическую скамейку)	99
З а н я т и е	36*. Прыжки из кольца в кольцо	101
З а н я т и е	37. Перелезание через препятствие (гимнастическое бревно или гимнастическую скамейку)	104
З а н я т и е	38. Отбивание мяча от пола	104
З а н я т и е	39*. Прыжки из кольца в кольцо	105
З а н я т и е	40. Прокатывание мяча между предметами змейкой и в воротца	105
З а н я т и е	41. Пролезание в тоннель	108
З а н я т и е	42*. Ходьба и бег по извилистой дорожке	109
З а н я т и е	43. Ходьба по гимнастическому бревну	111
З а н я т и е	44. Метание предмета на дальность одной рукой	114
З а н я т и е	45*. Прыжки через линию (шнур) с места	115
З а н я т и е	46. Метание предмета на дальность одной рукой	116
З а н я т и е	47. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, лежащей на полу	116
З а н я т и е	48*. Прыжки через линию (шнур) с места	117
З а н я т и е	49. Прыжки с высоты	119
З а н я т и е	50. Прыжки с высоты	122
З а н я т и е	51*. Метание предмета на дальность одной рукой	122
З а н я т и е	52. Метание в горизонтальную цель двумя руками снизу	124
З а н я т и е	53. Прыжки поочередно через несколько линий (шнуров)	127
З а н я т и е	54*. Пролезание в вертикально поставленный обруч ...	127
З а н я т и е	55. Метание в горизонтальную цель двумя руками снизу	128
З а н я т и е	56. Метание в горизонтальную цель двумя руками от груди	130
З а н я т и е	57*. Пролезание в вертикально поставленный обруч ...	131
З а н я т и е	58. Лазанье по гимнастической стенке	132
З а н я т и е	59. Лазанье по гимнастической стенке	134
З а н я т и е	60*. Прыжки поочередно через несколько линий (шнуров)	135

З а н я т и е	61. Метание в горизонтальную цель одной рукой	137
З а н я т и е	62. Метание в горизонтальную цель одной рукой	139
З а н я т и е	63*. Бросание предмета вверх и его ловля двумя руками	140
З а н я т и е	64. Ходьба по наклонной доске	142
З а н я т и е	65. Метание в вертикальную цель одной рукой	143
З а н я т и е	66*. Ходьба и бег по извилистой дорожке	146
З а н я т и е	67. Ходьба по наклонной доске	146
З а н я т и е	68. Ходьба по ребристой доске	147
З а н я т и е	69*. Бросание предмета вверх и его ловля двумя руками	149
З а н я т и е	70. Прыжки через предметы	150
З а н я т и е	71. Прыжки через предметы	153
З а н я т и е	72*. Ходьба парами по двум параллельным доскам, лежащим на площадке (земле)	153
З а н я т и е	73. Метание предмета на дальность одной рукой	156
З а н я т и е	74. Ходьба по гимнастическому бревну с предметом в руках	158
З а н я т и е	75*. Ходьба парами по двум параллельным доскам, лежащим на площадке (земле)	160
З а н я т и е	76. Ходьба по гимнастическому бревну с предметом в руках	161
З а н я т и е	77. Метание предмета на дальность одной рукой	162
З а н я т и е	78*. Прыжки через линию (шнур) с места	162
З а н я т и е	79. Подлезание под препятствие, пролезание в тоннель	163
З а н я т и е	80. Катание мяча друг другу	165
З а н я т и е	81*. Прыжки в длину с места через две линии	166
З а н я т и е	82. Подлезание под препятствие с прокатыванием мяча	168
З а н я т и е	83. Подтягивание себя руками на гимнастической скамейке в положении лежа	170
З а н я т и е	84*. Прыжки в длину с места через две линии	171
З а н я т и е	85. Бросание мяча через натянутую веревку	172
З а н я т и е	86. Подтягивание себя руками на гимнастической скамейке в положении лежа	174
З а н я т и е	87*. Прыжки в длину с места через две линии	175
З а н я т и е	88. Подлезание под препятствие с прокатыванием мяча	175
З а н я т и е	89. Прыжки с мешочком, зажатым между колен (стоп)	176
З а н я т и е	90*. Прыжки на месте ноги вместе — ноги врозь	179
З а н я т и е	91. Прыжки с мешочком, зажатым между колен (стоп)	181
З а н я т и е	92. Ходьба по гимнастическому бревну, спрыгивание . . .	181
З а н я т и е	93*. Прыжки на месте ноги вместе — ноги врозь	184

З а н я т и е 94. Ловля мяча, брошенного взрослым	184
З а н я т и е 95. Катание мяча на дальность	185
З а н я т и е 96*. Ходьба и бег по извилистой дорожке	186
З а н я т и е 97. Катание мяча на дальность	187
З а н я т и е 98. Ходьба по гимнастическому бревну с предметом в руках, спрыгивание	187
З а н я т и е 99*. Прыжки на двух ногах по узкой дорожке	188
З а н я т и е 100. Прыжки вверх с места за предметом, подвешенным выше поднятой руки ребенка	190
З а н я т и е 101. Перебрасывание мяча в парах через препятствие ...	193
З а н я т и е 102*. Отбивание мяча от площадки (земли)	194
З а н я т и е 103. Прыжки в длину с места	195
З а н я т и е 104. Перебрасывание мяча в парах через препятствие ...	198
З а н я т и е 105*. Прыжки на двух ногах по узкой дорожке	199
З а н я т и е 106. Прыжки в длину с места	200
З а н я т и е 107. Перебрасывание мяча в парах через препятствие ...	201
З а н я т и е 108*. Прыжки с мешочком, зажатым между колен (стоп)	201
Приложения	203
П р и л о ж е н и е 1. Общеразвивающие упражнения (для детей 3—4 лет)	203
П р и л о ж е н и е 2. Физкультурное оборудование для проведения физкультурных занятий в младшей группе (3—4 года)	218