

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Ровеньский детский сад №3 комбинированного вида Белгородской  
области»

Принята:  
на заседании педагогического совета  
МБДОУ «Ровеньский детский сад №3  
комбинированного вида Белгородской области  
Протокол № 01 от 29.08.2018 г.

Утверждена:  
приказом по МБДОУ «Ровеньский детский сад №3  
комбинированного вида Белгородской области»  
Приказ № 249 от 29.08.2018 г.

**Рабочая программа по физической культуре  
во второй младшей группе (от 3 до 4 лет)  
с учетом ФГОС ДО**

(составлена на основе основной образовательной программы  
дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией  
Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой Мозаика – Синтез,  
2017г.)

Срок реализации программы (2018 – 2019 уч. г)

**Программу составил: инструктор  
по физической культуре  
Исакова Н.И.**

п. Ровеньки,  
2018г.

## **Содержание**

1. Пояснительная записка.
2. Цели, задачи и принципы реализации программы по области «Физическое развитие»
3. Физкультурно-оздоровительная работа.
4. Особенности физического развития детей.
5. Планируемые результаты.
6. Информационно-методическое обеспечение.

## **1. Пояснительная записка.**

Рабочая программа инструктора по физической культуре (от 3 до 4 лет) разработана на основе основной общеобразовательной программы дошкольного образования МБДОУ «Ровеньский детский сад «Сказка», а также примерной основной общеобразовательной программы «От рождения до школы» под редакцией Н. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой, в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ № 1155 Министерства образования и науки от 17 октября 2013 года) (далее — ФГОС ДО), Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13»

Срок реализации программы - 1год. Общий объем программы рассчитывается в соответствии с возрастом воспитанников, спецификой дошкольного образования и включает время, отведенное на непосредственно образовательную деятельность.

## **2. Цели и задачи, принципы реализации образовательной области «Физическое развитие»**

**Цель:** сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни интереса к физической культуре.

### **Задачи:**

*Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни. Физическая культура.*

- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

## **Принципы реализации образовательной области «Физическое развитие»:**

1. Научности - предполагает построение физического воспитания дошкольников в соответствии с закономерностями их социализации, психического и физического развития.

2. Доступности - предполагает постановку детям в ходе занятий заданий, соответствующих уровню их социализации, психического и физического развития, определяющему их возможности понять то, что педагог доводит до них.
3. Постепенности - определяет необходимость построения занятий физическими упражнениями в соответствии с правилами: от простого к сложному.
4. Систематичности - обуславливает необходимость регулярности и преемственности при формировании у дошкольников знаний, умений и навыков, двигательного поведения, адекватных особенностям их развития.
5. Сознательности и активности - предполагает формирование у детей устойчивого интереса к освоению новых движений, а так же стимулирование этого процесса, привитие навыков самоконтроля и самокоррекции действий в процессе физического воспитания, развитие самостоятельности, инициативы и творческих начал в двигательном поведении.
6. Наглядности - базируется на всемерном использовании изначальной предрасположенности ребенка к чувственному восприятию окружающего мира.

Этот принцип предусматривает активизацию всех органов чувств, поставляющих богатую информацию об изучаемом материале.

7. Прочности- предполагает приучение дошкольников к многократному выполнению осваиваемых движений, так как только при этом условии возможно достижение необходимой степени автоматизации двигательных действий и преобразования их в двигательные навыки.
8. Индивидуализации- организация учебного процесса, при котором выбор способов, приемов и темпа обучения, воспитания и развития обуславливается индивидуальным режимом детей в зависимости от физиологических особенностей возраста, состояния здоровья; различные учебнометодические, психолого- педагогические и организационно- управленческие мероприятия, обеспечивающие индивидуальный подход к развитию каждого ребенка.

### **3.Физкультурно-оздоровительная работа**

Система физкультурно-оздоровительных мероприятий детского сада включает в себя следующие направления:

- I. Оздоровительная и профилактическая работа:
  - медицинские профилактические мероприятия,
  - организация рационального питания;
  - психолого-педагогические профилактические мероприятия;
  - медико-педагогический контроль.
- II. Содействие совершенствованию физического воспитания:
  - рациональная организация режима двигательной активности,
  - взаимодействие с родителями, педагогами и социальными партнерами,

- развитие развивающей предметно-пространственной среды.

### III. Комплексное закаливание:

- общеукрепляющие мероприятия (воздушные, солнечные, водные процедуры, физическая активность)

Содержание физкультурно-оздоровительной деятельности инструктора по физкультуре реализуется через несколько направлений:

- I. Работа с детьми.
- II. Взаимодействие с педагогами.
- III. Взаимодействие с родителями.
- IV. Взаимодействие с социумом.
- V. Развитие развивающей предметно-пространственной среды.

В рамках каждого из направлений используются разнообразные формы работы.

Выделяются следующие формы работы с детьми:

- физкультурно-оздоровительные мероприятия,
- непосредственно образовательная деятельность (занятия физической культурой),
- работа по физическому воспитанию детей в режимных моментах.

Все эти формы, отвечая общим задачам физического воспитания и всестороннего развития ребенка, находятся во взаимосвязи; каждая из них имеет свои специальные задачи, определяющие ее место в режиме дня дошкольного учреждения.

Физкультурные занятия проводятся во всех возрастных группах три раза в неделю, при этом согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 в старших и подготовительных группах одно занятие проводится на улице круглогодично. В летний оздоровительный период физкультурные занятия во всех возрастных группах проводятся на свежем воздухе. НОД на улице чаще проводится в форме спортивных тренировок, подвижных игр, игр с элементами спорта, зимой - ходьба на лыжах, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам.

### **Режим двигательной активности во второй младшей группе**

#### **Формы и методы работы**

| <b>Формы работы</b>                              | <b>Виды занятий</b>                                  | <b>Длительность занятий</b> | <b>Количество в неделю</b>          |
|--|--|-----------------------------|-------------------------------------|
| Физкультурные занятия                            | В помещении  | 15 мин.                     | 2 раза в неделю                     |
|  | На улице   | 15 мин.                     | 1 раз в неделю                      |
| Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня | Утренняя гимнастика                                  | 5 мин.                      | Ежедневно                           |
|  | Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке | 15 мин.                     | Ежедневно, 2 раза (утром и вечером) |
|  | Физкультминутки                                      | 3 мин.                      | Ежедневно                           |

|   |  |         |                 |
|---|--|---------|-----------------|
|   | Гимнастика после сна   | 10 мин. | Ежедневно       |
| Активный отдых                            | Физкультурный досуг  | 20 мин. | 1 раз в месяц   |
|   | День здоровья  | +       | 1 раз в квартал |
| Самостоятельная двигательная деятельность | Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования | +       | Ежедневно       |
|   | Самостоятельные подвижные и спортивные игры                                    | +       | Ежедневно       |

#### 4. Особенности физического развития детей

Для физического воспитания детей 3-4 лет в оптимальном варианте и в соответствии с двигательными возможностями педагогу необходимы элементарные знания анатомо- физиологических особенностей развития как отдельных органов и систем, так и всего организма в целом. Известно, что каждый возрастной период имеет определенную специфику развития. Есть такие особенности и у детей четвертого года жизни. Показателями физического развития детей являются рост, вес, окружность грудной клетки, состояние костной и мышечной систем, внутренних органов, а также уровень развития моторики, то есть их физической подготовленности.

Рост ребенка на четвертом году жизни несколько замедляется относительно предыдущего периода - первых трех лет. Так, если к 2 годам рост детей увеличивался в среднем на 10-12 см, 3 годам - на 10 см, то к 4 годам - всего на 6-7 см. В 3 года средний рост мальчиков равен 92,7 см, девочек - 91,6 см, соответственно в 4 года - 99,3 см и 98,7 см - ростовые показатели почти одинаковы. Рост детей четвертого года жизни находится во взаимосвязи с развитием основных видов движений - прыжков, бега, метания, равновесия. Дети высокого роста бегают быстрее сверстников, а невысокие ребята делают относительно мелкие шаги, но дополняют высоким темпом передвижения. Способность к быстрому бегу определяется такими индивидуальными различиями, координационными возможностями, которые в данной возрастной группе еще не велики.

В возрасте от трех до шести лет годовые увеличения в весе также примерно одинаковы у детей обоего пола. Прибавка в весе составляет в среднем 1,5-2 кг. В 3 года вес мальчиков составляет 14,6 кг, а девочек - 14,1 кг. К 4 годам это соотношение изменяется, соответственно составляя 16,1 кг и 15,8 кг. Окружность грудной клетки увеличивается, но разница между мальчиками и девочками по этому показателю незначительна. В 3 года эта

величина составляет 52,6 см (мальчики) и 52 см (девочки), в 4 года - 53,9 см и 53,2 см. Общей закономерностью развития опорно-двигательного аппарата в ранние периоды детства является его гибкость и эластичность. По мере роста ребенка происходит срастание отделов костей черепа и его окончательное формирование. К 3-4 годам завершается срастание затылочной кости. К четырем годам приобретает свою форму и височная кость, завершается формирование межкостных швов. Объем черепа продолжает увеличиваться, достигая к 6 годам 80 % объема черепа взрослого человека. Ребенок 3-4 лет в среднем затрачивает в день 1000-1600 калорий. В рацион входят белки, жиры, углеводы минеральные соли, витамины и вода. Для построения костей скелета и зубов необходим кальций и фосфор. Ребенок должен получать за сутки с молочными, рыбными и другими продуктами 1 г кальция, 1,5-2 г фосфора и 15-20 мг железа. До полутора лет позвоночник ребенка растет равномерно, затем замедляется рост шейных и Верхних грудных позвонков. В 4 года вновь все отделы позвоночника начинают расти равномерно. Гибкость и подвижность позвоночника обеспечиваются наличием значительного процента хрящевой ткани. Физиологические изгибы позвоночника в 3-4 года неустойчивы, кости и суставы легко подвергаются деформации под влиянием неблагоприятных воздействий. Отрицательно влияет на развитие опорно-двигательного аппарата излишний вес ребенка. Неправильные позы (сведение плеч, опускание одного плеча, сильный наклон головы вперед, вниз) могут стать привычными и привести к нарушению осанки, что, в свою очередь отрицательно сказывается на функции кровообращения и дыхания. Физические упражнения нужно подбирать так, чтобы нагрузка распределялась равномерно на все части тела. При проведении упражнений обще развивающего характера используют различные исходные положения - сидя, лежа, на спине, животе и т. д. При выполнении упражнений стоя, это в основном стойка ноги на ширине стопы или плеч. Стойка «ноги вместе» неустойчива и нецелесообразна, поэтому используется редко. Утомляет ребенка и отрицательно сказывается на состоянии и развитии опорно-двигательного аппарата длительное пребывание в статической позе. При обучении основным видам движений - равновесию и прыжкам, как правило используют поточный способ организации детей. В упражнениях с мячами (катании, перебрасывание, бросание и ловля мяча) обычно используют фронтальный способ организации что повышает двигательную активность детей и увеличивает моторную плотность занятий в целом. Необходимо соблюдать определенную дозировку физических упражнений. Так количество упражнений обще развивающего характера составляет 4-5 и повторяется 4-5 раз. Темп проведения упражнений и необходимые паузы зависят от физической подготовленности детей каждой конкретной группы. Рост и развитие костей в большей мере связаны с работой мышц. Мышечный тонус (упругость) у младших дошкольников еще недостаточный. В развитии мышц выделяют несколько узловых возрастов.

Один из них - 3-4 года. В этот период диаметр мышц увеличивается в 2-2,5 раза, происходит дифференциация мышечных волокон. Строение мышц характерное для детей четвертого года жизни, сохраняется без существенных изменений шестилетнего возраста. Мускулатура по отношению к общей массе тела и мышечная сила ребенка 3-4 лет еще недостаточно развиты. Так, кистевая динамометрия (правая рука) в четыре года у мальчиков составляет 4,1 кг, а у девочек - 3,8 кг. В этом возрасте крупная мускулатура в своем развитии преобладает над мелкой. Поэтому детям легче даются движения всей рукой (прокатить машинку, мяч и т. д.). В упражнениях обще развивающего характера при поднимании рук вверх, в стороны, наклонах, поворотах и приседаниях малыши осваивают навыки владения телом. Однако правильного воздействия на ту или иную группу мышц необходимы определенные исходные положения. В этом возрасте дети способны понять поставленную перед ними задачу - встать ноги на ширину стопы или на ширину плеч и т. д. Педагог выполняет упражнение вместе с детьми, показывая и поясняя его. Наклоны, приседания педагог выполняет 2-3 раза и задает темп выполнения заданий. Далее дети действуют самостоятельно, прислушиваясь к указаниям педагога. Ребенок 3-4 лет не может сознательно регулировать дыхание и согласовывать его с движением. Важно приучать детей дышать носом естественно и без задержки. При выполнении упражнений следует обращать внимание на момент выдоха, а не вдоха. Если во время бега, прыжков дети начинают дышать через рот - это сигнал к тому, чтобы снизить дозировку выполняемых заданий. Упражнения в беге длятся 15-20 секунд (с повторением).

Для малышей полезны упражнения, требующие усиленного выдоха: игры с пушинками, легкими бумажными изделиями.

Физкультурные занятия проводятся в хорошо проветриваемом помещении. Сердечно-сосудистая система ребенка, по сравнению с органами дыхания, лучше приспособлена к потребностям растущего организма. Однако сердце ребенка работает хорошо лишь при условии посильных нагрузок.

О реакции организма на физическую нагрузку судят по внешним признакам утомления: рассеянность, общая слабость, одышка, побледнение или покраснение лица и нарушение координации движений.

#### **Основные цели и задачи:**

- Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.
- Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.
- Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.
- Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные



органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.

- Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.
- Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.
- Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.
- 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.

### **Перечень основных движений, подвижных игр и упражнений**

#### **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).

**Упражнения в равновесии.** 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.** Катания 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 обще развивающих упражнений и циклических движений под музыку.

### **Обще развивающие упражнения**

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно).

Переключать 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 позвоночника.

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 и наклоняя 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.

**Спортивные игры и упражнения.** Катание на санках .Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки. Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

Ходьба на лыжах. Ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием.

### **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», «Воро-бышки 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 где кричит», «Найди, что спрятано».

## **5. Планируемые результаты**

### **Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)**

- Дети умение различать и называть органы чувств, имеют представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.
- Дети имеют представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.
- Дети знают о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения

вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

- Дети знают упражнения, укрепляющие различные органы и системы организма. Знают о необходимости закаливания.
- Дети имеют представление о ценности здоровья.
- Дети могут сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.
- Дети владеют навыками гигиены и опрятности в повседневной жизни.
- Дети умеют ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Умеют строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
- Дети энергично отталкиваются двумя ногами и правильно приземляются в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимают правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.
- Дети умеют энергично отталкивать мячи при катании, бросании.
- Дети крепко держатся за перекладину во время лазанья.
- Сохраняют правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
- Реагируют на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполняют правила в подвижных играх.
- Творчески относятся к выполнению физических упражнений, в подвижных играх.
- Стараются соблюдать правила в подвижных играх.

## 6. Информационно-методическое обеспечение

|  |   |
|--|---|
| Борисова М.М.  | Малоподвижные игры и игровые упражнения.<br>Для занятий с детьми 3-7 лет.   |
| Н. Е. Веракса, Т. С.<br>Комарова, М. А.<br>Васильева | <b>Общеобразовательная программа</b><br>Основная образовательная программа<br>дошкольного образования «От рождения до<br>школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С.<br>Комаровой, М. А. Васильевой |
| Пензулаева Л.И.                                      | Оздоровительная гимнастика. Комплексы<br>упражнений для детей 3-7 лет   |
| Соломенникова.Н.М                                    | Сборник подвижных игр с детьми 2-7 лет  |
| Пензулаева Л.И                                       | Физическая культура в детском саду: Вторая<br>младшая группа  |