

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
ГБОУ СОШ №10 «ОЦ ЛИК» г.о. Отрадный
Протокол №1
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель СП ГБОУ СОШ № 10
«ОЦ ЛИК» г.о. Отрадный д/с №11
 /И.А. Губерская/
«30» августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**инструктора по физической культуре по работе с детьми с ОВЗ 6-7 лет с задержкой психического развития
СП ГБОУ СОШ №10 «ОЦ ЛИК» г.о. Отрадный д/с №11 на 2024-2025 учебный год**

Инструктор по физической культуре: Шаврыгина С.А. – высшая квалификационная категория

срок реализации программы (учебный год)
с 01.09.24г. по 31.05.25г.

г.Отрадный,
2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ		
1.	I. Целевой раздел	
2.	1. Пояснительная записка	
3.	1.1. Цели и задачи Программы	
4.	1.2. Особенности осуществления образовательного процесса	
5.	1.3. Характеристики особенностей развития детей с речевыми нарушениями, посещающими группы компенсирующей направленности для детей с ЗПР	
6.	1.4. Физическое развитие и двигательные способности детей с ЗПР	
7.	1.5. Список детей подготовительной группы	
8.	1.6. Расписание непосредственной образовательной деятельности	
9.	1.7. Режим дня	
10.	1.8. Планируемые результаты освоения программы к концу учебного года (подготовительная к школе группа)	
11.	1.9. Тематическое планирование коррекционно – воспитательной работы	
12.	1.10. Перспективный план ОВД	
13.	1.11. Календарно - тематическое планирование на 2024-2025 учебный год	
14.	II. Содержательный раздел.	
15.	2.1. Содержание образовательной деятельности для детей 6 -7 лет с задержкой психического развития	
16.	III. Организационный раздел	
17.	3.1. Список литературы	

I. Целевые ориентиры

1. Пояснительная записка

Данная рабочая программа инструктора по физической культуре разработана рабочей группой структурного подразделения на основе Адаптированной образовательной программы дошкольного образования СП ГБОУ СОШ №10 ОЦ «ЛИК» г.о. Отрядный д/с № 11 для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) – с задержкой психического развития (ЗПР). Рассчитана на 1 учебный год с 1 сентября по 1 июня.

1.1. Цели и задачи Программы

Цель реализации Программы: обеспечение условий для дошкольного образования, определяемых общими и особыми потребностями обучающегося раннего и дошкольного возраста с ОВЗ, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Задачи Программы:

- реализация содержания Программы ;
- коррекция недостатков психофизического развития обучающихся с ОВЗ;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья обучающихся с ОВЗ, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития ребенка с ОВЗ в период дошкольного образования независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;
- создание благоприятных условий развития в соответствии с их возрастными, психофизическими и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка с ОВЗ как субъекта отношений с педагогическим работником, родителями (законными представителями), другими детьми;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры личности обучающихся с ОВЗ, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- формирование социокультурной среды, соответствующей психофизическим и индивидуальным особенностям развития обучающихся с ОВЗ;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки родителей (законных представителей) и повышение их компетентности в вопросах развития, образования, реабилитации (абилитации), охраны и укрепления здоровья обучающихся с ОВЗ;
- обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного и начального общего образования.

1.2. Особенности осуществления образовательного процесса

1. Образовательная деятельность осуществляется в процессе организации различных видов детской деятельности (двигательной, игровой). Она может быть непосредственно-образовательной деятельностью (далее – НОД) или образовательной деятельностью, осуществляемой в ходе режимных моментов (далее – ОДРМ). Программа реализуется также в самостоятельной деятельности детей и в процессе взаимодействия с семьями воспитанников. НОД подразумевает фронтальные и подгрупповые формы.
2. При организации режима дня учитываются климатические особенности местоположения СП: континентальный климат, т.е. холодная зима и жаркое лето. В связи с этим, в Программе представлен расширенный вариант режима дня.
3. В образовательном процессе максимально используются возможности социального окружения (в том числе семья).

1.3. Характеристики особенностей развития детей с речевыми нарушениями, посещающими группы компенсирующей направленности для детей с ЗПР

У детей с ЗПР наблюдается низкий (по сравнению с нормально развивающимися сверстниками) уровень развития восприятия. Это проявляется в необходимости более длительного периода времени для приема и переработки сенсорной информации; в недостаточности, ограниченности, фрагментарности знаний этих детей об окружающем мире; в затруднениях при узнавании предметов, находящихся в непривычном положении, контурных и схематических изображений. Эти дети не всегда узнают и часто смешивают сходные по начертанию буквы и их отдельные элементы, часто ошибочно воспринимают сочетания букв и т.д. По мнению ряда зарубежных психологов, в частности Г. Спионек, такое отставание в развитии зрительного восприятия является одной из причин трудностей, испытываемых этими детьми в обучении.

У детей этой группы недостаточно сформированы и пространственные представления: ориентировка в направлениях пространства осуществляется на уровне практических действий, часто возникают трудности при пространственном анализе и синтезе ситуации. Так, ребенок может затрудняться в оценке форм предметов, воспринимаемых им с помощью осязания и зрения, он также испытывает затруднения при воспроизведении ритма, воспринимаемого на слух, графически или моторно.

Развитие и формирование пространственных представлений данного вида у детей с ЗПР также имеет свои особенности. Например, при складывании сложных геометрических фигур и узоров дети с ЗПР часто не могут осуществить полноценный анализ формы, установить симметричность, тождественность частей конструируемых фигур, расположить конструкцию на плоскости, соединить ее в единое целое.

В качестве наиболее характерных для детей с ЗПР особенностей внимания Л.И. Переслени и другими исследователями отмечаются его неустойчивость, рассеянность, низкая концентрация, трудности переключения. Недостатки внимания обуславливаются слабым развитием интеллектуальной активности детей, несовершенством навыков и умений самоконтроля, недостаточным развитием чувства ответственности и интереса к учению. У детей с ЗПР отмечается неравномерность и замедленность развития устойчивости внимания, а также широкий диапазон индивидуальных и возрастных различий этого качества. Характерной особенностью является выраженное нарушение у большинства из них функции активного внимания. Рассеянность внимания, усиливающаяся по мере выполнения задания, свидетельствует о повышенной психической истощенности ребенка. Для многих детей с ЗПР характерен ограниченный объем внимания, его

фрагментарность. Ребенок воспринимает лишь отдельные части предъявляемой ему информации. Эти нарушения внимания способствуют задержке процесса формирования понятий.

Еще одним характерным признаком ЗПР являются отклонения в развитии памяти. Это касается всех видов запоминания: произвольного и произвольного, кратковременного и долговременного. Данная особенность распространяется на запоминание как наглядного, так и словесного материала, что сказывается на уровне успеваемости. Отмечаются снижение продуктивности запоминания и его неустойчивость: большая сохранность произвольной памяти по сравнению с произвольной; заметное преобладание наглядной памяти над словесной; низкий уровень самоконтроля в процессе заучивания и воспроизведения; недостаточная познавательная активность и целенаправленность при запоминании и воспроизведении; слабое умение использовать рациональные приемы запоминания; недостаточный объем и точность запоминания; низкий уровень опосредованного запоминания; преобладание механического запоминания над словесно-логическим; нарушение кратковременной памяти; быстрое забывание материала и низкая скорость запоминания (Т.В. Егорова, Н.Г. Поддубная, В.Л. Подобед).

Выраженное отставание и своеобразие обнаруживаются и в развитии познавательной деятельности этих детей, начиная с ранних форм мышления - наглядно-действенного и наглядно-образного. У детей этой категории недостаточно сформированы основные мыслительные операции - анализ, синтез, сравнение, обобщение. При анализе предмета или явления они называют лишь поверхностные, несущественные качества с недостаточной полнотой и точностью. В результате дети с ЗПР выделяют в изображении почти вдвое меньше признаков, чем их нормально развивающиеся сверстники. Деятельность детей с задержкой психического развития характеризуется общей неорганизованностью, импульсивностью, недостаточной целенаправленностью, слабостью речевой регуляции; низкой активностью во всех ее видах (Г.И. Жаренкова, С.Г. Шевченко). Приступая к работе, дети часто проявляют нерешительность, задают вопросы, которые, как правило, касаются того, что уже было сказано педагогом или объяснено в учебнике; иногда самостоятельно вообще не могут понять формулировку задания.

Дети с ЗПР испытывают трудности при необходимости сосредоточиться для поиска решения проблемы, что связано и со слабым развитием у них эмоционально-волевой сферы. Дети, как правило, отличаются *эмоциональной неустойчивостью*. В связи с этим у них часты колебания уровня работоспособности и активности, смена «рабочих» и «нерабочих» состояний. У детей с ЗПР снижена *потребность в общении* как со сверстниками, так и со взрослыми. У большинства из них обнаруживается повышенная тревожность по отношению к взрослым, от которых они зависят. Новый человек привлекает их внимание в значительно меньшей степени, чем новый предмет. В случае затруднений в деятельности такой ребенок скорее склонен прекратить работу, чем обратиться к взрослому за помощью. Дети, почти не стремятся получить от взрослого оценки своих качеств в развернутой форме, обычно их удовлетворяет оценка в виде недифференцированных определений («хороший мальчик», «молодец»), а также непосредственное эмоциональное одобрение (улыбка, поглаживание и т.д.).

Одним из диагностических признаков задержки психического развития у детей рассматриваемой группы выступает несформированность игровой деятельности. У детей этой категории оказываются несформированными все компоненты сюжетно-ролевой игры: сюжет игры обычно не выходит за пределы бытовой тематики; содержание игр, отношения (игровые и реальные), способы общения и действия, сами игровые роли бедны, охватывают небольшое игровое общество на короткий временной срок. В играх отчетливо наблюдаются отсутствие творчества и слабость воображения. Усложнение правил игры зачастую приводит к ее фактическому

распаду. Самостоятельно дети с ЗПР не проявляют активности в совместной игровой деятельности. Даже если взрослый побуждает детей к игровой деятельности и оговаривает ее тему, они параллельно разворачивают одинаковый или разные сюжеты, не пытаясь вступить друг с другом в общение.

Нарушения поведения детей с ЗПР в значительной степени связаны со слабостью регуляции произвольной деятельности, недостаточной ее целенаправленностью, несформированностью функции самоконтроля. Они, как правило, повышенно оживлены, крайне внушаемы и подражательны, эмоции их поверхностны и неустойчивы. Поведение отличается значительным своеобразием.

1.4. Физическое развитие и двигательные способности детей с ЗПР

Физическое развитие и двигательные способности детей с ЗПР находятся в тесной взаимосвязи с их психическим и физическим здоровьем. Двигательные нарушения выступают как часть ведущего дефекта, даже негрубая дисфункция психической сферы может привести к недоразвитию сложных и дифференцированных движений и действий (Мастюкова Е.М., 1992).

Физическое развитие дошкольников с ЗПР по показателям длины и массы тела, окружности грудной клетки незначительно отстает от нормы. Большинство детей - 68% - относится к мезосоматотипу, 18% - к микросоматотипу и .14% - к макросоматотипу развития. По сравнению со здоровыми детьми дошкольники 6 -7 лет с ЗПР имеют отставание в развитии основных физических качеств - мышечной силы, быстроты, выносливости, гибкости - на уровне 5-10%. Задержка моторного развития выражается в недостаточной координации предметных действий, слабой согласованности движений рук, ног, туловища, излишней мышечной напряженности при выполнении основных движений (бег, ходьба, прыжки, метания). Дети затрудняются в выполнении двигательных заданий на точность, выразительность, часто нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части, задерживаются (застревают) в одной позе, не чувствуют заданного ритма движений, не запоминают правил. Наибольшие трудности вызывают двигательные действия, выполняемые по словесной инструкции. Из-за отставания речи дети испытывают затруднения в вербальном программировании предстоящих действий, которые усиливаются эмоциональной неустойчивостью, импульсивным поведением, отвлекаемостью, низким уровнем самоконтроля. Характерной особенностью является несформированность тонкой моторики кисти, поэтому дети с трудом овладевают навыками самообслуживания, долго не могут научиться застегивать пуговицы, зашнуровывать ботинки, заплетать косички. Известно, что сформированность моторики кисти и пальцев влияет на развитие речи и мышления ребенка (Кольцова М.М., 1973).

У многих детей с ЗПР не сформирована доминантность правой руки, что связано с задержкой формирования функциональной асимметрии мозга. Патологическая леворукость возникает вследствие снижения активности левого полушария и встречается у детей с ЗПР в 1,5-2 раза чаще, чем у здоровых детей (Фишман М.Н., 1996; Си-ротюк А.Л., 2001).

Самым распространенным нарушением опорно-двигательного аппарата является нарушение осанки (в сагиттальной и фронтальной плоскости, плоскостопие). По разным причинам нарушение осанки у детей с ЗПР встречается в 40-75% случаев.

Физическая подготовленность детей с ЗПР в старшем дошкольном возрасте по показателям силовых, скоростно-силовых, скоростных способностей, общей выносливости и гибкости занимает промежуточное место между здоровыми сверстниками и школьниками с легкой умственной отсталостью того же возраста (Григорьев Д.В., 2003).

Дети достаточно легко осваивают простые упражнения, не связанные со сложной координацией. Своеобразие психомоторного развития детей с ЗПР состоит главным образом в слабости регуляции сложнокоординационных двигательных действий, требующих активного участия психических функций: избирательности и устойчивости внимания, селективности восприятия сенсорной информации,

зрительно-двигательного, слуходвигательного, слухозрительного взаимодействия, реагирующей, ориентационной, кинестетической способности, воображения, запоминания, антиципации, управления эмоциями и поведением и т.п. Это означает, что координационные способности детей с ЗПР регулируются психическими функциями, которые отстают в развитии.

1.5. Список детей подготовительной группы №10

№п/п	Ф.И.О ребенка	День рождения	Заключение ПМПК
1	Симоненко Ярослав Витальевич	12.11.2018г	ЗПР.ОНР I
2.	Демина Валерия Дмитриевна	05. 09.2018 г.	ЗПР. ОНР III

Список детей подготовительной к школе группы №5

№п/п	Ф.И.О ребенка	День рождения	Заключение ПМПК
1	Ефимов Егор Александрович	06.02.18г	ЗПР.ОНР II
2	Фаст Карина Игоревна	19.02.18г.	ЗПР.ОНР I -II

1.6. Расписание непосредственной образовательной деятельности

Подготовительная к школе группа №10	Подготовительная к школе группа №5
-------------------------------------	------------------------------------

Понедельник	9.00-9.30 П-И/д/логопед(окр) 9.40-10.10 ИЗО 10.20- 10.50 Д/д 15.30-16.00 П-И/д /ЭТД автор.пр.	Понедельник	9.00-9.30 П-И/д/логопед(окр) 9.40-10.10 ИЗО 10.20 -10.50 М/д 15.30-16.00 П-И/д/ЭТД автор.пр.
Вторник	9.00-9.30 П-И/д(мат)/ Матем.ступеньки 9.40- 10.10 Р/д/логопед 10.20 -10.50 М/д	Вторник	9.00-9.30 П-И/д (мат)/Матем.ступеньки 9.40 -10.10 Р/д/логопед 10.20-10.50 Д/д
Среда	9.00-9.30 ИЗО 9.40- 10.10 Р/д/логопед/Обучение грамоте 10.20- 10.50 Д/д 15.30-16.00 Эксперим.	Среда	9.00-9.30 ИЗО 9.40-10.10 Р/д/логопед/Обучение грамоте 10.20 -10.50 М/д 15.30-16.00 Эксперим.
Четверг	9.00-9.30 П-И/д/ (мат)/ Матем.ступеньки 9.40- 10.10 Констр. 10.20- 10.50 М/д	Четверг	9.00-9.30 П-И/д/ (мат)/ Матем.ступеньки 9.40 – 10.10 Констр 10.20-10.50 Д/д
Пятница	9.00-9.30 Р/д/Логопед/Обучение грамоте 9.40-10.10 ИЗО 10.20-10.50 Д/д на прогулке	Пятница	9.00-9.30 Р/д/Логопед/Обучение грамоте 9.40-10.10 ИЗО 10.20-10.50 Д/д на прогулке

1.7. Режим дня

Режим дня подготовительной группы (холодный период)

Режимные моменты	Время проведения
Приём, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	7.00 – 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00 – 9.30
	9.40 – 10.10
	10.20 – 10.50
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.50 – 12.20
Возвращение с прогулки, игры	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.45
Игры, самостоятельная деятельность детей / программа «Растим патриота»	15.45 – 16.40
Чтение художественной литературы	16.40 - 17.00
Подготовка к ужину, ужин	17.00 – 17.20
Самостоятельная игровая деятельность	17.20 – 17.30
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой	17.30-20.00

Режим дня детей подготовительной группы (тёплый период)

Режимные моменты	Время проведения
Приём, осмотр детей, игры, утренняя гимнастика (на улице)	7.00 – 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 9.00
Игры	9.00– 9.35
Подготовка к прогулке	9.40 – 9.50
Прогулка (игры, труд, наблюдения, специально организованная деятельность, воздушные и солнечные ванны)	9.50 – 12.20
Возвращение с прогулки, водные процедуры	12.20-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00
Подъём, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность детей	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.45
Подготовка к прогулке, прогулка	15.45 – 16.40
Возвращение в с прогулки, игры	16.40 – 17.00
Подготовка к ужину, ужин	17.00 – 17.20
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой	17.20 – 20.00

**1.8. Планируемые результаты освоения программы к концу учебного года (подготовительная к школе группа)
Подготовительная группа (7-й - 8-й год жизни):**

Физическое развитие: у ребенка развита крупная и мелкая моторика, движения рук достаточно координированы, рука подготовлена к письму, подвижен, владеет основными движениями, их техникой, может контролировать свои движения и управлять ими, достаточно развита моторная память, запоминает и воспроизводит последовательность движений, обладает физическими качествами (сила, выносливость, гибкость и другое), развита способность к пространственной организации движений, слухо-зрительно-моторной координации и чувству ритма, проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям.

Необходимыми условиями реализации Программы являются: соблюдение преемственности между всеми возрастными дошкольными группами, а также единство требований к воспитанию ребенка в дошкольной образовательной организации и в условиях семьи.

Целевые ориентиры Программы выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования за счет обеспечения равных стартовых возможностей на начальных этапах обучения в общеобразовательной организации. Развитие функционального базиса для формирования предпосылок универсальных учебных действий (далее - УУД) в коммуникативной, познавательной и регулятивной сферах является важнейшей задачей дошкольного образования.

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников. Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих демонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения).

2. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Самостоятельно правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов другим детям. Следит за своим внешним видом и внешним видом других обучающихся. Помогает педагогическому работнику в организации процесса питания. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом другим детям. Элементарно ухаживает за вещами личного пользования и игрушками, проявляя самостоятельность.

3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Знаком с понятиями «здоровье», «болезнь», может их трактовать. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены, режима дня, регламента просмотра телепередач, компьютерных игр. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений. Знает о факторах вреда и пользы для здоровья.

Структура физкультурного занятия

1. В каждой возрастной группе физкультура проводится 2 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

2. Продолжительность занятия по физической культуре: 25 мин.

3. Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

4. Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

5. Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

1.9. Тематическое планирование коррекционно – воспитательной работы

Месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя
Сентябрь	День знаний 01.09 – 02.09 Диагностика	Осень. 05.09 – 09.09 Диагностика	Грибы 12.09- 16.09	Детский сад. 19.09 – 23.09	Электроприборы 26. 09.- 30.09
Октябрь	В мире музыки. Музыкальные инструменты 03.10 – 07.10	Что мы знаем о животных? Животные жарких и холодных стран 10.10- 14.10	Я вырасту здоровым. Фрукты, овощи. 17.10 – 21.10	Обувь, одежда Головные уборы. 24.10 – 28.10	
Ноябрь	Россия – наша Родина. 31.10 – 03.11	Животный мир России. Дикие животные. 07.11 – 11.11	Посуда 14.11 – 18.11	День матери. Семья. 21.11 – 25.11	
Декабрь	Мы люди! Международный день инвалидов. Транспорт. 28.11 – 02.12	Зима. Зимняя одежда. 05.12 – 09.12	Зимние забавы. 12.12 – 16.12 19.12 – 23.12	Новый год. 26.12 – 30.12	
Январь		09.01 – 20.01 Диагностика (Логопеды) 09.01 – 13.01 Продукты питания (группа) 16.01 – 20.01 Почта (группа)		Неделя доброты. Зимующие птицы. 23.01 – 27.01	
Февраль	Город наш родной 30.01 – 03.02.	Дом, мебель 06.02 – 10.02	Инструменты. 13.02 – 17.02	Наша армия День защитника отечества. 20.02 - 22.02	
Март	Весна. 27.02 – 03.03	Весна 06.03 – 10.03	Сбережем планету. Лес. Деревья.	Обитатели водоемов 20.03 – 24.03	Игрушки. Международный

			13.03. – 17.03		день театра. 27.03 – 31.03
Апрель	Спортивные игры. 03.04 – 07.04	Библиотека Космос. 12 – апреля день космонавтики 10.04.- 14.04	Перелетные птицы. 17.04 – 21.04	Профессии. 24.04 -28.04	
Май	День Победы 03.05 – 05.05	Цветы 10.05 – 12.05	Домашние животные и птицы 15.05 – 19.05	Лето, насекомые, ягоды. (старшая группа) Школьные принадлежности (подготовительная группа) Диагностика 22.05 – 31.05	

1.10. Перспективный план ОВД на 2024 -2025 учебный год
Сентябрь

<i>Равновесие</i>	<i>Прыжки</i>	<i>Ползание, лазанье</i>	<i>Бросание, метание</i>
- ходьба, перешагивая поочередно набивные мячи; - ходьба по узкой рейке; - перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 30 см от пола; - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове;	- прыжки с короткой скакалкой; - прыжки с длину с места не менее 80 см; - прыжки в длину с разбега; - прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед, 4 м;	- лазание по лесенке-стремянке; - ползание, на четвереньках опираясь на стопы и ладони; - подлезание под дугу h=50 см;	- бросание мяча вверх и ловля двумя руками (10 раз подряд) - метание мешочка на дальность; - отбивание мяча о пол правой, левой рукой

Октябрь

<i>Равновесие</i>	<i>Прыжки</i>	<i>Ползание, лазанье</i>	<i>Бросание, метание</i>
- ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом боком;	- прыжки на одной ноге, «змейкой»; - прыжки, продвигаясь вперед 6	- ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками;	- бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 10раз подряд)

<ul style="list-style-type: none"> - ходьба по узкой рейке; - ходьба по гимн. ск. с мешочком на голове; - ходьба по гимн. ск., приставным шагом боком; - ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной, др. мах сбоку; 	<ul style="list-style-type: none"> м; - прыжки, продвигаясь вперед с зажатым между ног мячом, 6 м; - прыжки на одной ноге «змейкой», 6 м; - прыжки с высоты h=30 см; - прыжки продвигаясь вперед, ноги врозь вместе; 	<ul style="list-style-type: none"> - подлезание под дугу h=50 см; - ползание, на четвереньках толкая головой мяч; - ползание, на четвереньках опираясь на ладони и стопы; - ползание по гимнастической скамейке, на четвереньках, назад; 	<ul style="list-style-type: none"> - тоже, после хлопка - перебрасывание мяча друг другу от груди, из-за головы (р= 2 м) - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 10 раз) - тоже, и.п. сидя на пятках - отбивание мяча на месте, правой, левой рукой
---	---	--	---

Ноябрь

<i>Равновесие</i>	<i>Прыжки</i>	<i>Ползание, лазанье</i>	<i>Бросание, метание</i>
<ul style="list-style-type: none"> - ходьба по гимн. ск., приседая на одной, др. мах сбоку; - ходьба по наклонной доске; - ходьба по гимн. скамейке, перешагивая предметы h=15 см; - ходьба по гимн. ск. поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; - ходьба по узкой рейке; 	<ul style="list-style-type: none"> - прыжки через 6 набивных мячей; - прыжки в длину с места (не менее 80 см); - прыжки с высоты h=30 см; прыжки, на мягкое покрытие h=20 см; - прыжки на мягкое покрытие h=40 см; 	<ul style="list-style-type: none"> - лазание по лесенке стремянке, перелезая сверху; - ползание на четвереньках, толкая головой мяч; - ползание на животе по гимн. ск., подтягиваясь руками; - ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; - подлезание под дугу h=50 см; 	<ul style="list-style-type: none"> - перебрасывание мяча друг другу от груди, из-за головы, сидя на пятках р = 2 м; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (10 раз подряд); - отбивание мяча на месте, правой, левой рукой - отбивание мяча продвигаясь вперед, правой, левой рукой;

Декабрь

<i>Равновесие</i>	<i>Прыжки</i>	<i>Ползание, лазанье</i>	<i>Бросание, метание</i>
<ul style="list-style-type: none"> - ходьба по гимн. ск. поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; - ходьба по узкой рейке; - ходьба по наклонной доске, боком; - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая палку на середине h=30 см; 	<ul style="list-style-type: none"> - прыжки на мягкое покрытие h=40 см; - прыжки на двух ногах продвигаясь вперед, 6 м; - прыжки, на двух ногах продвигаясь вперед по гимн. скамейке; - прыжки, продвигаясь вперед на одной ноге «змейкой», 6 м; - прыжки через предметы =15 см, боком; 	<ul style="list-style-type: none"> - лазание по лесенке стремянке, перелезая сверху; - ползание по гимн. ск. на животе, подтягиваясь руками; - лазание по гимн. стенке, разноименным, одноименным способом; - ползание на четвереньках, толкая головой мяч; - лазание по гимн. стенке с пролета на пролет; 	<ul style="list-style-type: none"> - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 20 раз); - перебрасывание мяча друг другу из-за головы, р= 2 м; - тоже, сидя на пятках, р= 1,5 м, - отбивание мяча, стоя на месте - метание мешочка в гориз. цель, р=2 м;

		- висы на перекладине;	
--	--	------------------------	--

Январь

<i>Равновесие</i>	<i>Прыжки</i>	<i>Ползание, лазанье</i>	<i>Бросание, метание</i>
<ul style="list-style-type: none"> - ходьба по гимнастической скамейке перешагивая палку на середине $h=30$ см; - ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки; - ходьба по гимнастической скамейке с поворотом кругом на середине; 	<ul style="list-style-type: none"> - прыжки, продвигаясь вперед по гимн. скамейке; - прыжки на одной ноге через веревку вправо, влево; - прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед через веревку, вправо, вправо; 	<ul style="list-style-type: none"> - висы на перекладине; - лазание по гимн. стенке, с пролета на пролет; - пролезание в вертикально поставленный обруч; - ползание на четвереньках, опираясь на ладони и стопы; 	<ul style="list-style-type: none"> - метание мешочка в горизонтальную цель, расстояние 4 м; - отбивание мяча на месте,

Февраль

<i>Равновесие</i>	<i>Прыжки</i>	<i>Ползание, лазанье</i>	<i>Бросание, метание</i>
<ul style="list-style-type: none"> - ходьба по гимн. ск. с поворотом кругом на середине; перешагивая палку на середине; - ходьба, по гимн. ск. перепрыгивая ленту на середине; - ходьба по гимн. ск., перешагивая предметы $h=15$ см; - ходьба по узкой рейке с мешочком на голове; 	<ul style="list-style-type: none"> - прыжки через 6 набивных мячей; через предметы $h=15$ см; - прыжки на одной ноге, через веревку вправо, влево; продвигаясь вперед боком, через веревку вперед назад; - прыжки на мягкое покрытие $h=40$ см; в длину с места (не менее 80 см); 	<ul style="list-style-type: none"> - лазание по лесенке стремянке; по гимн. стенке, с пролета на пролет; - висы на перекладине; - ползание, по гимн. ск. на животе, подтягиваясь руками; опираясь на колени и предплечья; ., на спине, отталкиваясь ногами и подтягиваясь руками; 	<ul style="list-style-type: none"> - метание мешочка в вертикальную цель, расстояние 3 м; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 20 раз) - перебрасывание мяча друг другу от груди, из-за головы $r = 4$ м, - отбивание мяча о пол, стоя на месте, правой, левой рукой, - ведение мяча по кругу,

Март

<i>Равновесие</i>	<i>Прыжки</i>	<i>Ползание, лазанье</i>	<i>Бросание, метание</i>
<ul style="list-style-type: none"> - бег по наклонной доске вверх, вниз; - ходьба по гимн. скамейке, с поворотом кругом на середине; пролезая в обруч; - ходьба по гимн. скамейке, посередине пролезая в обруч; 	<ul style="list-style-type: none"> - прыжки длину с места (не менее 100 см); - прыжки вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки; - прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед «змейкой»; 	<ul style="list-style-type: none"> - полз. на полу на животе, подлезая под дугу $h=30$ см; - полз. по гимн. ск. на четвереньках назад; - лазание по гимн. стенке, с пролета на пролет; - прыжки на одной ноге, 	<ul style="list-style-type: none"> - ведение мяча по кругу - перебрасывание мяча друг другу от груди, $r=3$ м - перебрасывание мяча друг другу из-за головы, $r=3$ м, - бросание мяча вверх и ловля одной рукой (не менее 10 раз)

- ходьба по гимн. скамейке, перепрыгивая ленту на середине; - ходьба по узкой рейке с мешочком на голове, боком; ходьба по канату;	- прыжки в длину с места (не менее 100м); - прыжки с высоты h=40 см;	продвигаясь вперед «змейкой»; - лазание по гимн. стенке, с изменением темпа; - полз. четвереньках, опираясь на стопы и ладони;	
--	---	--	--

Апрель

<i>Равновесие</i>	<i>Прыжки</i>	<i>Ползание, лазанье</i>	<i>Бросание, метание</i>
- ходьба по узкой рейке, боком; по гимн. ск., приседая на середине; спиной вперед; - ходьба по обручу боком; - ходьба по гимн. скамейке, перепрыгивая ленту на середине; - ходьба по гимн. скамейке, перешагивая предметы;	- прыжки вверх с разбега, доставая предмет; - прыжки, продвигаясь вперед на одной ноге «змейкой»; - прыжки в длину места (не менее 100 см); - прыжки на мягкое покрытие h=40см; - прыжки в высоту с разбега (не менее 50см);	- ползание по гимн. ск. на спине, отталкиваясь ногами и подтягиваясь руками; - ползание на четвереньках, толкая головой мяч; - пролезание в обруч сверху, снизу; - лазание по гимн. стенке, с пролета на пролет, по диагонали; - лазание по гимн. стенке, изменяя темп;	- метание мешочка в верт. цель; в гориз. цель, 4м, h=1 м; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 20 раз), - бросание мяча вверх и ловля двумя руками после хлопка, сидя на пятках, - ведение мяча по кругу, - метание мешочка в верт. цель, 4м, h=1 м;

Май

<i>Равновесие</i>	<i>Прыжки</i>	<i>Ползание, лазанье</i>	<i>Бросание, метание</i>
-ходьба по бревну; бег по наклонной доске, вверх и вниз; - ходьба по обручу боком; ходьба по гимнастической скамейке, с мешочком на голове;	-прыжки в длину с разбега; - прыжки в длину с разбега	- лазание по канату; - лазание по гимнастической стенке, удобным способом; - подлезание под дугу h=50см;	- ведение мяча по круг, правой , левой рукой, метание мешочка на дальность; - перебрасывание мяча друг другу снизу, 4м; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 20 раз);

1.11. Календарно - тематическое планирование на 2024-2025 учебный год

Сентябрь

тема	неделя	І часть <i>Вводная</i>	ІІ часть <i>Основная</i>	ІІІ часть <i>Заключительная</i>	Коррекционная работа
-------------	---------------	----------------------------------	------------------------------------	---	-----------------------------

		<i>Ходьба, бег</i>	<i>ОРУ</i>	<i>ОВД</i>	<i>П/и, бег</i>	
<i>Грибы</i>	3	Ходьба обычная, широким шагом с приседом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, перекатом (по 16ш), Бег в медленном темпе 50 сек.	№ 1 в парах	(групповой 3 раза) - ходьба, перешагивая поочередно набивные мячи; - прыжки с короткой скакалкой; - лазание по лесенке-стремянке; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (10 раз подряд) <i>фронт 3 мин</i> ;	- эстафета «Собери грибочки» 3 раза; -бег в медленном темпе 55сек; - ходьба друг за другом; - упражнения на восстановление дыхания;	Развивать ориентировку в пространстве, эмоциональную сферу. Развивать умение образовывать существительные единственного и множественного числа (гриб – грибы, опенок – опята, мухомор – мухоморы и т.д.)
		Ходьба обычная, на носках, руки вверх, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево (по 16ш), Бег в медленном темпе 50 сек.	№ 1 в парах	(поточно 3 раза) - ходьба по узкой рейке; - прыжки с длину с места не менее 80 см; - ползание, на четвереньках опираясь на стопы и ладони; - отбивание мяча о пол правой, левой рукой <i>фронт 3 мин</i> ;	- эстафета «Собери грибочки» 3 раза; -бег в медленном темпе 55сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Растут грибы»	
<i>Детский сад</i>	4	Ходьба обычная, на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо, влево, остановиться	№ 1 в парах	(групповой 3 раза) - перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 30 см от пола; - прыжки в длину с разбега; - подлезание под дугу h=50 см; - метение мешочка на дальность;	- эстафета «Букет для воспитателя» 3 раза; -бег в медленном темпе 55сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности - упражнения на восстановление дыхания;	Развивать выносливость, координацию движений. Тренировать умение образовывать относительные прилагательные.

		присесть (по 1бш). Бег в медленном темпе 50 сек.				
		Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево (по 1бш), Бег в медленном темпе, «змейкой» 50 сек.	№ 1 в парах	(групповой 3 раза) - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове; - прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед, 4 м; - метание мешочка на дальность;	- эстафета «Букет для воспитателя» 3 раза; - бег в медленном темпе 55сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Друг за другом» 2 раза	
Электроприборы	5	Ходьба обычная, на носках, руки вверх, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево (по 1бш), Бег в медленном темпе 50 сек.	№ 1 в парах	(групповой 3 раза) - ходьба по узкой рейке; - прыжки с длину с места не менее 80 см; - лазание по лесенке-стремянке; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (10 раз подряд) фронт 3 мин;	Танцевальная игра «Самовар» 2 раза 55сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности - упражнения на восстановление дыхания;	Развивать ориентировку в пространстве, эмоциональную сферу.
		Ходьба обычная, на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, перекатом с пятки на носок, приставным шагом	№ 1 в парах	(групповой 3 раза) - ходьба, перешагивая поочередно набивные мячи; - прыжки с короткой скакалкой; - лазание по лесенке-стремянке; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (10 раз подряд) фронт 3 мин;	Танцевальная игра «Самовар» 2 раза 55сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности - упражнения на восстановление дыхания;	

		вправо, влево, остановиться присесть (по 16ш). Бег в медленном темпе 50 сек.				
--	--	--	--	--	--	--

Октябрь

тема	неделя	I часть <i>Вводная</i>	II часть <i>Основная</i>		III часть <i>Заключительная</i>	Коррекционная работа
В Мире музыки	1	<i>Ходьба, бег</i>	<i>ОРУ</i>	<i>ОВД</i>	<i>П/и, бег</i>	Способствовать развитию чувства ритма, ориентировке в пространстве. Тренировать умение детей употреблять существительные с уменьшительным ласкательным суффиксом.
		Ходьба обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево (по 16 ш), Бег в медленном темпе 50 сек.	№ 2 с мячом	(<i>поточно 3 раза</i>) - <u>ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом боком</u> ; - прыжки на одной ноге, «змейкой»; - ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 10раз подряд) <i>фронт 3 мин</i> ;	- п/и «Веселый музыкант» <i>3 раза</i> ; бег в медленном темпе 55сек; - ходьба друг за другом; - пальчиковая гимнастика «Я на дудочке играю»	
	Ходьба обычная, на носках, руки вверх, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием колена, перекатом, приставным шагом вправо, влево (по 16ш), Бег в медленном темпе 50 сек.	№ 2 с мячом	(<i>поточно 3 раза</i>) - <u>ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом боком</u> ; - прыжки, продвигаясь вперед 6 м; - подлезание под дугу h=50 см; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками после хлопка <i>фронт 3 мин</i> ;	- п/и «Веселый музыкант» <i>3 раза</i> ; бег в медленном темпе 55сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Назови муз.инструмент»		
Что мы	2	Ходьба обычная, на носках, руки вверх,	№ 2 с мячом	(<i>поточно 3 раза</i>) - <u>прыжки, продвигаясь вперед с зажатым</u>	- эстафета «Тигры и пантера»;	

		на пятках, с высоким подниманием колена, перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо, влево, остановиться присесть (по 1бш). Бег в медленном темпе 50 сек.		<u>между ног мячом, 6 м;</u> - ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом боком; - ползание, на четвереньках токая головой мяч; - перебрасывание мяча друг другу от груди (р-2 м) <i>фронт 3 мин;</i>	-бег в медленном темпе 55сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Замри»2 раза;	Тренировать согласование существительных с прилагательными
		Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево (по 1бш), Бег в медленном темпе, «змейкой» 50 сек.	№ 2 с мячом	<i>(поточно 3 раза)</i> - <u>прыжки, продвигаясь вперед с зажатым между ног мячом, 6 м;</u> -ходьба по узкой рейке; - ползание на четвереньках опираясь на ладони и стопы; - перебрасывание мяча друг другу из-за головы (р-2 м) <i>фронт 3 мин;</i>	- п/и «Хитрая лиса» 3 раза; -бег в медленном темпе 55сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Замри»2 раза;	
Я вырасту здоровым	3	Ходьба обычная, на носках, руки вверх, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием колена, в полуприседе, приставным шагом вправо, влево (по 1бш), Бег в	№ 3	<i>(поточно 3 раза)</i> - <u>ползание по гимнастической скамейке, на четвереньках, назад;</u> -ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове; - прыжки, продвигаясь вперед с зажатым между ног мячом, 6 м; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 10раз) <i>фронт 3 мин;</i>	- эстафета «Кто быстрее» 3 раза; -бег в медленном темпе 55сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Затейники» 3 раза;	Тренировать употребление простых предлогов.

		медленном темпе 50 сек.				
		Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, парами, остановиться «цапля» (по 1бш). Бег в медленном темпе 50 сек.	№ 3	(поточно 3 раза) - <u>ползание по гимнастической скамейке, на четвереньках, назад;</u> - ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом боком; - прыжки продвигаясь вперед, ноги врозь вместе; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 10 раз), сидя на пятках <i>фронт 3 мин;</i>	- эстафета «Кто быстрее» 3 раза; - бег в медленном темпе 55 сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Затейники» 3 раза;	
Мультипликационная анимация	4	Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, полуприседе, остановиться присесть (по 1бш). Бег в медленном темпе 50 сек	№ 3	(поточно 3 раза) - <u>ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной, др. мах сбоку;</u> - прыжки с высотой=30 см; - ползание по гимнастической скамейке, на четвереньках, назад; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками после хлопка, сидя на пятках <i>фронт 3 мин;</i>	- п/и «Карабас» 3 раза; - бег в медленном темпе 55сек; - ходьба друг за другом; - упражнения на восстановление дыхания;	Тренировать умение образовывать относительные прилагательные; закреплять навык согласования существительных с прилагательными (желтый лист, красный лист)
		Ходьба обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, перекатом, полуприседе приставным шагом вправо,	№ 3	(поточно 3 раза) - <u>ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной, др. мах сбоку;</u> - прыжки на одной ноге «змейкой», 6 м; - ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками; - отбивание мяча на месте, правой, левой	- п/и «Карабас» 3 раза; - бег в медленном темпе 55сек; - ходьба друг за другом; - упражнения на восстановление дыхания;	

		влево, остановиться «цапля» (по 16ш). Бег в медленном темпе 50 сек		рукой <i>фронт 3 мин</i> ;		
--	--	---	--	----------------------------	--	--

Ноябрь

тема	неделя	І часть Вводная	II часть Основная		III часть Заключительная	Коррекционная работа
Мой город, моя страна, моя семья	1	<i>Ходьба, бег</i>	<i>ОРУ</i>	<i>ОВД</i>	<i>П/и, бег</i>	Тренировать детей в проговаривании слов сложнослоговой стр-ры, воспитывать уважение к своей Родине.
		Ходьба обычная, мелким шагом, широким шагом, на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево (по 16ш), Бег в медленном темпе 55 сек.	№ 4 с гириями	(<i>точно 3 раза</i>) - ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной, др. мах сбоку; - прыжки через 6 набивных мячей; - лазание по лесенке стремянке, перелезая через вверх; - перебрасывание мяча друг другу от груди, расстояние 2м, <i>фронт 3 мин</i> ;	- эстафета «Построй дом» 2 раза; - бег в медленном темпе 60сек; - ходьба друг за другом; - упражнения на восстановление дыхания;	
	Ходьба обычная, мелким шагом, широким шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием бедра, приставным шагом вправо, влево (по 16ш), Бег в медленном темпе 55сек.	№ 4 с гириями	(<i>точно 3 раза</i>) - ходьба по наклонной доске; - прыжки через 6 набивных мячей; - ползание на четвереньках, толкая головой мяч; - перебрасывание мяча друг другу из-за головы, расстояние 2м, <i>фронт 3 мин</i> ;	- эстафета «Построй дом» 2 раза; - бег в медленном темпе 60сек; - ходьба друг за другом; - упражнения на дыхание;		
М	2	Ходьба обычная,		(<i>точно 3 раза</i>)	- эстафета «Кто быстрее	

		мелким шагом, широким шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием бедра, приставным шагом вправо, влево, остановиться «цапля» (по 1бш). Бег в медленном темпе «змейкой» 55сек.	№ 4 с гирями	- ходьба по гимнастической скамейке, приседая на середине; - прыжки через 6 набивных мячей; - <u>ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками;</u> - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (10 раз подряд) <i>фронт 3 мин;</i>	соберет пазлы» (флаг) <i>3раза;</i> - бег в медленном темпе 60сек; - ходьба друг за другом; - релаксация по музыку;	Развивать двигательную сферу в сочетании со словом и музыкой.
		Ходьба обычная, мелким шагом, широким шагом, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием бедра, приставным шагом вправо, влево (по 1бш), Бег в медленном темпе 55 сек.	№4 с гирями	<i>(точно 3 раза)</i> - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая предметы h=15 см; - прыжки в длину с места (не менее 80см); - <u>ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками;</u> - перебрасывание мяча друг другу из-за головы, расстояние 2м, сидя на пятках <i>фронт 3 мин;</i>	- эстафета «Кто быстрее соберет пазлы»(флаг) <i>3раза;</i> - бег в медленном темпе 60сек; - ходьба друг за другом; - упражнения на восстановление дыхания;	
<i>Путешествие в мир</i>	3	Ходьба обычная, мелким шагом, широким шагом, на носках, руки вверх, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием	№ 5	<i>(точно 3 раза)</i> - <u>ходьба по гимн. ск. поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок;</u> - прыжки с высоты h=30 см; - ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; - перебрасывание мяча друг другу от грудирасстояние 2м, сидя на пятках <i>фронт</i>	- подвижная игра «Ловишка» с косичками <i>3раза;</i> - бег в медленном темпе 60сек; - ходьба друг за другом; - релаксация по музыку;	Тренировать

		колена, приставным шагом вправо, влево (по 16ш), Бег в медленном темпе 55 сек.		3 мин;		образовывать относительные прилагательные.
		Ходьба обычная, мелким шагом, широким шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться, «цапля» (по 16ш). Бег в медленном темпе 55 сек.	№ 5	(<i>точно 3 раза</i>) - <u>ходьба по гимн. ск. поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок</u> ; - прыжки, на мягкое покрытие h=20 см; - лазание по лесенке стремянке, перелезая через вверх; - отбивание мяча на месте, правой, левой рукой <i>фронт 3 мин</i> ;	- подвижная игра «Ловишка» с косичками 3 раза; - бег в медленном темпе 60сек; - ходьба друг за другом; - релаксация по музыку;	
Моя семья	4	Ходьба обычная, мелким шагом, широким шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться «ласточка» (по 16ш). Бег в медленном темпе 55 сек	№ 5	(<i>точно 3 раза</i>) - ходьба по гимн. ск. поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; - <u>прыжки на мягкое покрытие h=40 см</u> ; - ползание на четвереньках опираясь на стопы и ладони; - отбивание мяча продвигаясь вперед, правой, левой рукой <i>фронт 3 мин</i> ;	- эстафеты «Помоги маме убрать комнату» 3раза; - бег в медленном темпе 60сек; - ходьба друг за другом; - пальчиковая гимнастика «Вырос высокий цветок на поляне»;	Совершенствовать умение образовывать существительные с уменьшительно ласкательными суффиксами (мама-мамочка, цветок-цветочек).

		Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться «цапля» (по 1бш). Бег в медленном темпе 55 сек	№ 5	(<i>точно 3 раза</i>) - ходьба по узкой рейке; - прыжки на мягкое покрытие h=40 см; - подлезание под дугу h=50 см; - бросание мяча в верх и ловля двумя руками (не менее 10 раз), <i>фронт 3 мин</i> ;	- эстафеты «Букет для мамы» <i>3 раза</i> ; - бег в медленном темпе 60сек; - ходьба друг за другом; - пальчиковая гимнастика «Помощники»;	
--	--	--	-----	--	--	--

Декабрь

тема	неделя	I часть Вводная		II часть Основная	III часть Заключительная	Коррекционная работа
Мы люди!	1	<i>Ходьба, бег</i>	ОР У	<i>ОВД</i>	<i>П/и, бег</i>	Тренировать умение употреблять в речи предлоги (по мосту, через реку, на дороге).
		Ходьба обычная на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево (по 1бш), Бег в медленном темпе 55 сек.	№ 6 с мя чо м	(<i>точно 3 раза</i>) - ходьба по гимн. ск. поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; - прыжки на мягкое покрытие h=40 см; - лазание по лесенке стремянке, перелезая сверху; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 20 раз), <i>фронт 3 мин</i> ;	- п/и «Мы веселые ребята» <i>3 раза</i> ; - бег в медленном темпе 60сек; - ходьба друг за другом; - пальчиковая гимнастика «Паровозик»;	
		Ходьба обычная, на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево (по 1бш),	№ 6 с мя чо	(<i>групповой 3 раза</i>) - ходьба по узкой рейке; - прыжки на двух ногах продвигаясь вперед, 6 м; - ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками;	- п/и «Мы веселые ребята» <i>3 раза</i> ; - бег в медленном темпе 60сек; - ходьба друг за другом; - пальчиковая гимнастика	

		Бег в медленном темпе 55 сек.	м	- <u>бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 20 раз), фронт 3 мин;</u>	«Тук- тук»;	
Зима	2	Ходьба обычная, на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться присесть (по 1бш). Бег в медленном темпе 55 сек.	№ 6 с мячо м	(<i>поточно 3 раза</i>) - ходьба по наклонной доске, боком; - <u>прыжки, на двух ногах продвигаясь вперед по гимнастической скамейке;</u> - лазание по гимнастической стенке, разноименным способом; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 20 раз), фронт 3 мин;	- п/и «Снег кружится» 3 раза; - бег в медленном темпе 60сек; - ходьба друг за другом; - упражнения на восстановление дыхания;	Тренировать образовывать существительные множественного числа (один - много).
		Ходьба обычная, на носках, руки вверх, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево (по 1бш), Бег в медленном темпе 55 сек.	№ 6 с мячо м	(<i>поточно 3 раза</i>) - <u>ходьба по наклонной доске, боком;</u> - <u>прыжки, на двух ногах продвигаясь вперед по гимнастической скамейке</u> - лазание по гимнастической стенке, одноименным способом; - перебрасывание мяча друг другу из-за головы, расстояние 2 м фронт 3 мин;	- п/и «Снег кружится» 3 раза; - бег в медленном темпе 60сек; - ходьба друг за другом; - релаксация по музыку;	
Зима	3	Ходьба обычна, широким шагом с приседом, мелким шагом, на носках, руки вверх, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием колена, (по 1бш), Бег в медленном темпе 60 сек.	№ 7	(<i>поточно 3 раза</i>) - <u>ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая палку на середине h=30 см;</u> - прыжки, на двух ногах продвигаясь вперед по гимнастической скамейке - ползание на четвереньках, толкая головой мяч; - перебрасывание мяча друг другу из-за головы, сидя на пятках, расстояние 1,5 м, фронт 3 мин;	- п/и «Снежная баба» 3 раза; - бег в медленном темпе 65сек; - ходьба друг за другом; - пальчиковая гимнастика «Я веселый снеговик»;	Тренировать умение образовывать прилагательные от существительных

		Ходьба обычна, широким шагом с приседом, мелким шагом, на носках, руки вверх, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием колена, (по 1бш), Бег в медленном темпе 60 сек.	№ 7	(<i>поточно 3 раза</i>) - <u>ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая палку на середине h=30 см;</u> - прыжки на мягкое покрытие h=40 см; - лазание по гимнастической стенке сполета на пролет; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (20 раз подряд) <i>фронт 3 мин;</i>	- эстафета «Собери елочку» (пирамидка) 3 раза; - бег в медленном темпе 65сек; - ходьба друг за другом; - пальчиковая гимнастика «Я веселый снеговик»;	
Новый год	4	Ходьба обычна, широким шагом с приседом, мелким шагом, на носках, руки вверх, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием колена, (по 1бш), Бег в медленном темпе 60 сек.	№ 7	(<i>поточно 3 раза</i>) - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая палку на середине h=30 см; - прыжки, продвигаясь вперед на одной ноге «змейкой», 6 м; - <u>висы на перекладине;</u> - отбивание мяча, стоя на месте <i>фронт 3 мин;</i>	- эстафета «Хоккеисты» 3раза; - бег в медленном темпе 65сек; - ходьба друг за другом; - дыхательное упражнение «Лыжник»;	Тренировать умение образовывать слова антонимы.
		Ходьба обычна, широким шагом с приседом, мелким шагом, на носках, руки вверх, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием колена, (по 1бш), Бег в медленном темпе 60 сек.	№ 7	(<i>поточно 3 раза</i>) - ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом боком, с мешочком на голове; - прыжки через предметы =15 см, боком; - <u>висы на перекладине;</u> - метание мешочка в горизонтальную цель, расстояние 2 м;	- эстафета «Бобслеисты» 3раза; - бег в медленном темпе 65сек; - ходьба друг за другом; - дыхательное упражнение «Лыжник»;	

Январь

тема	неделя	І часть	ІІ часть		ІІІ часть	Коррекционная работа	
		Вводная	Основная		Заключительная		
Всемирный день спасибо	3	Ходьба, бег	ОРУ	ОВД		П/и, бег	Тренировать умение согласовывать числительные с существительными
		Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться присесть (по 1бш), Бег в медленном темпе 60 сек.	№7	(групповой 3 раза) - ходьба, по гимнастической скамейке перешагивая палку на середине h=30 см; - прыжки, продвигаясь вперед по гимнастической скамейке; - висы на перекладине; - <u>метание мешочка в горизонтальную цель, расстояние 4 м;</u>		- п/и «Мы веселые ребята» 3раза; - бег в медленном темпе 65сек; - ходьба друг за другом; - упражнения на восстановление дыхания;	
	Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться присесть (по 1бш), Бег в медленном темпе 60 сек.	№ 7	(групповой 3 раза) - ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки; - прыжки на одной ноге через веревку вправо, влево; - лазание по гимнастической стенке, с пролета на пролет; - <u>метание мешочка в горизонтальную цель, расстояние 4 м;</u>		- п/и «Сделай фигуру» 3раза; - бег в медленном темпе 65сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Затейники» 2 раза;		
Неделя	4	Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием	№ 8 обруч	(групповой 3 раза) - <u>ходьба по гимнастической скамейке с поворот кругом на середине;</u> - прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед через веревку, вправо, вправо; - ползание на четвереньках, опираясь на		- эстафета «Кто быстрее» 3раза; - бег в медленном темпе 65сек; - ходьба друг за другом; - упражнения на	Тренировать употребление прилагательных

		колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться присесть (по 1бш), Бег в медленном темпе 60 сек.		ладони и стопы; - метание мешочка в горизонтальную цель, расстояние 4 м;	восстановление дыхания;	местоимений (мой, моя).
		Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться присесть (по 1бш), Бег в медленном темпе 60 сек.	№8 обруч	<i>(групповой 3 раза)</i> - <u>ходьба по гимнастической скамейке с поворотом кругом на середине;</u> - прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед через веревку, вправо, вправо; - пролезание в вертикально поставленный обруч; - отбивание мяча на месте, <i>фронт 3мин;</i>	- эстафета «Кто быстрее» <i>3раза;</i> - бег в медленном темпе 65сек; - ходьба друг за другом; - релаксация под музыку;	

Февраль

тема	неделя	I часть <i>Вводная</i>	II часть <i>Основная</i>		III часть <i>Заключительная</i>	Коррекционная работа
		<i>Ходьба, бег</i>	<i>ОРУ</i>	<i>ОВД</i>	<i>П/и, бег</i>	
Язык и культура народов <i>Самарской обл.</i>	1	Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться присесть (по 1бш), Бег в медленном темпе 65сек.	№8 обруч	<i>(групповой 3 раза)</i> - ходьба по гимнастической скамейке с поворотом кругом на середине; - <u>прыжки через 6 набивных мячей;</u> - лазание по лесенке стремянке; - метание мешочка в вертикальную цель, расстояние 3м;	-п/и «Ловишки» <i>3раза;</i> - бег в медленном темпе 70сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Летает, не летает» <i>2 раза;</i>	Тренировать подбор слов – определений.
		Ходьба обычная друг за		<i>(поточно 3 раза)</i>	-п/и «Ловишки» <i>3раза;</i>	

		другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, перекатом, остановиться присесть (по 1бш), Бег в медленном темпе 65 сек.	№8 обруч	- ходьба, по гимнастической скамейке перешагивая палку на середине; - прыжки через 6 набивных мячей; - висы на перекладине; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 20 раз) <i>фронт 3 мин;</i>	- бег в медленном темпе 70сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Летает, не летает» 2 раза;	Активизировать словарный запас.
Мой город Отрядный	2	Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, перекатом, остановиться присесть (по 1бш), Бег в медленном темпе 65 сек.	№8 обруч	<i>(поточно 3 раза)</i> - <u>ходьба, по гимнастической скамейке перепрыгивая ленту на середине;</u> - прыжки через 6 набивных мячей; - ползание по гимнастической скамейке опираясь на колени и предплечья; - перебрасывание мяча друг другу от груди, расстояние 4 м, <i>фронт 3 мин;</i>	- эстафета «Кто быстрее» 3раза; - бег в медленном темпе 70сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Карусель» 2 раза;	Тренировать умение образовывать прилагательные от существительных. Развивать выносливость, силу, ловкость.
		Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, перекатом, остановиться присесть (по 1бш), Бег в медленном темпе 65сек.	№8 обруч	<i>(поточно 3 раза)</i> - <u>ходьба, по гимнастической скамейке перепрыгивая ленту на середине;</u> - прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед, через веревку вправо, влево; - ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; - перебрасывание мяча друг другу из-за головы, расстояние 4 м, <i>фронт 3 мин;</i>	- п/и «Ловишки» с хвостиком 3раза; - бег в медленном темпе 70сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Мышеловка» 2 раза;	
День защитника <small>отмечается</small>	3	Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, перекатом, остановиться присесть (по 1бш),	№ 9	<i>(поточно 3 раза)</i> - ходьба, по гимнастической скамейке перепрыгивая ленту на середине; - прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед боком, через веревку вперед назад; - <u>ползание по гимнастической скамейке, на спине, отталкиваясь ногами и</u>	- эстафета «Переправа» 3раза; - бег в медленном темпе 75сек; - ходьба друг за другом; - дыхательное	Тренировать умение

		Бег в медленном темпе 70 сек.		<u>подтягиваясь руками;</u> - отбивание мяча о пол, стоя на месте, правой, левой рукой, <i>фронт 3 мин;</i>	упражнение «Вертолет»;	правильно употреблять существительные в форме Д.п. Развивать дисциплинированность.
		Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться «цапля» (по 16ш). Бег в медленном темпе 70сек.	№9	(<i>точно 3 раза</i>) - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая предметы h=15 см; - прыжки через предметы h=15 см; - <u>ползание по гимнастической скамейке, на спине, отталкиваясь ногами и подтягиваясь руками;</u> - отбивание мяча о пол, продвигаясь вперед, правой, левой рукой, <i>фронт 3 мин;</i>	- эстафета «Доставь донесение» 3раза; - бег в медленном темпе 75сек; - ходьба друг за другом; - дыхательное упражнение «Вертолет»;	
Наша армия	4	Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться «цапля» (по 16ш). Бег в медленном темпе 70сек.	№9	(<i>точно 3 раза</i>) - ходьба по узкой рейке с мешочком на голове; - прыжки на мягкое покрытие h=40 см; - ползание по гимнастической скамейке, на спине, отталкиваясь ногами и подтягиваясь руками; - <u>ведение мяча по кругу, фронт 3 мин;</u>	- эстафета «Меткий стрелок» 3раза; - бег в медленном темпе 75сек; - ходьба друг за другом; - пальчиковая гимнастика «Аты-баты»;	Развивать выносливость, координацию движений, ориентировку в пространстве. Тренировать изменения существительных по
		Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться «цапля» (по 16ш). Бег в медленном темпе 70сек.	№9	(<i>точно 3 раза</i>) - ходьба, по гимнастической скамейке перепрыгивая ленту на середине; - прыжки в длину с места (не менее 80 см); - лазание по гимнастической стенке, с пролета на пролет; - <u>ведение мяча по кругу, фронт 3 мин;</u>	- эстафета «Сапер» 3раза; - бег в медленном темпе 75сек; - ходьба друг за другом; - пальчиковая гимнастика «Солдатык»;	

						числам.
--	--	--	--	--	--	---------

Март

тема	неделя	I часть <i>Вводная</i>		II часть <i>Основная</i>		III часть <i>Заключительная</i>	Коррекционная работа	
		<i>Ходьба, бег</i>		<i>ОРУ</i>	<i>ОВД</i>			<i>П/и, бег</i>
Весна	1	Ходьба обычная, широким шагом с приседом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, перекатом (по 16ш), Бег в медленном темпе 75 сек		№ 10 с обручем в парах	<i>(поточно 3 раза)</i> - бег по наклонной доске вверх, вниз; - прыжки длину с места (не менее 100 см); - ползание на полу на животе, подлезая под дугу h=30 см; - ведение мяча по кругу <i>фронт 3 мин</i> ;		- эстафеты «Помоги маме убрать комнату» 3 раза; - бег в медленном темпе 80сек; - ходьба друг за другом; - пальчиковая гимнастика «Вырос высокий цветок на поляне»;	Развивать физические качества, морально-волевые качества. Тренировать умение подбирать глаголы настоящего и прошедшего времени.
		Ходьба обычная, широким шагом с приседом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, перекатом (по 16ш), Бег в медленном темпе 75 сек		№ 10 с обручем в парах	<i>(поточно 3 раза)</i> - ходьба по гимнастической скамейке, с поворотом кругом на середине; - прыжки длину с места (не менее 100 см); - ползание по гимнастической скамейке на четвереньках назад; - ведение мяча по кругу <i>фронт 3 мин</i> ;		- эстафеты «Букет для мамы» 3 раза; - бег в медленном темпе 80сек; - ходьба друг за другом; - пальчиковая гимнастика «Помощники»;	
Сбережем планету	2	Ходьба обычная, широким шагом с приседом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, перекатом (по 16ш),		№ 10 с обручем в парах	<i>(поточно 3 раза)</i> - ходьба по гимнастической скамейке, посередине пролезая в обруч; - прыжки длину с места (не менее 100 см); - лазание по гимнастической стенке, с пролета на пролет; - перебрасывание мяча друг другу от		- эстафета «Кто быстрее» 3 раза; - бег в медленном темпе 80сек; - ходьба друг за другом; - игра малой	Тренировать умение образовывать относительные

		Бег в медленном темпе 75 сек		груди, расстояние 3 м, <i>фронт 3 мин</i> ;	подвижности «Мышеловка» 2 <i>раза</i> ;	прилагательные.
		Ходьба обычная, широким шагом с приседом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, перекатом (по 16ш), Бег в медленном темпе 75 сек	№ 10 с обручем в парах	(<i>поточно 3 раза</i>) - <u>ходьба по гимнастической скамейке, посередине пролезая в обруч</u> ; - прыжки вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; - лазание по гимнастической стенке, удобным способом; - перебрасывание мяча друг другу из-за головы, расстояние 3 м, <i>фронт 3 мин</i> ;	- эстафета «Кто быстрее» 3 <i>раза</i> ; - бег в медленном темпе 80сек; - ходьба друг за другом; - упражнения на восстановление дыхания	
Сбережем планету	С	Ходьба обычная, широким шагом с приседом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, перекатом (по 16ш), Бег в медленном темпе 75 сек	№ 11	(<i>поточно 3 раза</i>) - ходьба по гимнастической скамейке, посередине пролезая в обруч; - прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед «змейкой»; - <u>лазание по гимнастической стенке, с изменением темпа</u> ; - ведение мяча по кругу, <i>фронт 3 мин</i> ;	- п/и «Сделай фигуру» (назвать деревья) 3 <i>раза</i> ; - бег в медленном темпе 80сек; - ходьба друг за другом; - двигательные упражнения «Грибы»;	Активизировать словарь детей по теме. Закреплять умение детей употреблять существительные с уменьшительными ласкательными суффиксами.
		Ходьба обычная, широким шагом с приседом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, перекатом (по 16ш), Бег в медленном темпе 75сек	№ 11	(<i>поточно 3 раза</i>) - ходьба по гимнастической скамейке, перепрыгивая ленту на середине; - прыжки в длину с места (не менее 100м); - <u>лазание по гимнастической стенке, с изменением темпа</u> ; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 20 раз), <i>фронт 3 мин</i> ;	- п/и «Сделай фигуру» (назвать деревья) 3 <i>раза</i> ; - бег в медленном темпе 80сек; - ходьба друг за другом; - двигательные упражнения «Деревья»;	

Волибный мир театра	4	Ходьба обычная, широким шагом с приседом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, перекатом (по 16ш), Бег в медленном темпе 75 сек	№11	<i>(поточно 3 раза)</i> - ходьба по узкой рейке с мешочком на голове, боком; - прыжки с высоты h=40 см; - лазание по гимнастической стенке, с изменением темпа; <u>- бросание мяча вверх и ловля одной рукой (не менее 10раз) фронт 3 мин;</u>	- п/и «Бабка Ёжка» 3 раза; - бег в медленном темпе 80сек; - ходьба друг за другом; - дыхательное упражнение «Буратино»;	Тренировать образование глаголов единственно о числа первого лица. (играть – играю,, бросать - бросаю).
		Ходьба обычная, широким шагом с приседом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, перекатом (по 16ш), Бег в медленном темпе 75 сек	№11	<i>(поточно 3 раза)</i> - ходьба по канату; - прыжки вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; - ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; <u>- бросание мяча вверх и ловля одной рукой (не менее 10раз) фронт 3 мин;</u>	- п/и «Бабка Ёжка» 3 раза; - бег в медленном темпе 80сек; - ходьба друг за другом; - дыхательное упражнение «Буратино»;	

Апрель

тема	неделя	I часть		II часть		III часть		Коррекционная работа
		Вводная		Основная		Заключительная		
Птицы	1	<i>Ходьба, бег</i>		<i>ОРУ</i>	<i>ОВД</i>		<i>П/и, бег</i>	
		Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо,		№ 12 косичка	<i>(поточно 3 раза)</i> - ходьба по узкой рейке, боком; - <u>прыжки вверх с разбега, доставая предмет;</u> - ползание по гимн. скамейкена спине, отталкиваясь ногами и подтягиваясь руками; - бросание мяча вверх и ловля одной рукой (не менее 10 раз), фронт 3 мин;		- п/и «Перелет птиц» 3раза; - бег в медленном темпе 85сек; - ходьба друг за другом; - пальчиковая гимнастика «Птицы»;	

		влево, остановиться присесть (по 16ш), Бег в медленном темпе 80 сек.				умение согласовывать местоимения с существительным и.
		Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться присесть (по 16ш), Бег в медленном темпе 80 сек.	№ косичка 12	<i>(групповой 3 раза)</i> - ходьба по гимн. ск., приседая на середине; - прыжки вверх с разбега, доставая <u>предмет</u> ; - ползание на четвереньках, толкая головой мяч; - метание мешочка в верт. цель, 4м, h=1 м;	- п/и «Филин и пташки» <i>3 раза</i> ; - бег в медленном темпе 85сек; - ходьба друг за другом; - пальчиковая гимнастика «Птицы»;	
Книга лучший друг	2	Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться присесть (по 16ш), Бег в медленном темпе 80 сек.	№ 12 косичка	<i>(групповой 3 раза)</i> - <u>ходьба по гимн. ск., спиной вперед</u> ; - прыжки вверх с разбега, доставая предмет; - пролезание в обруч сверху, снизу; - метание мешочков в горизонт. цель, расстояние 4 м;	- эстафеты «Собери книжку малышку» <i>3 раза</i> ; - бег в медленном темпе 85сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Затейники» <i>3 раза</i> .	Тренировать умение правильно употреблять глаголы повелительного наклонения.
		Ходьба обычная		<i>(групповой 3 раза)</i>	- эстафеты «Собери книжку	

		друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться присесть (по 1бш), Бег в медленном темпе 80 сек.	№ 12 косичка	- <u>ходьба по гимна скамейке, спиной вперед</u> ; - прыжки, продвигаясь вперед на одной ноге «змейкой»; - лазание по гимнастической стенке, изменяя темп; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 20 раз), сидя на пятках, <i>фронт 3 мин</i> ;	малышку» 3 раза; - бег в медленном темпе 85сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Затейники» 3 раза.	
В здоровом теле – здоровый дух	3	Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться присесть (по 1бш), Бег в медленном темпе 85 сек.	№13	<i>(поточно 3 раза)</i> - ходьба по гимнастической скамейке, спиной вперед; - прыжки в длину места (не менее 100 см); - <u>лазание по гимнастической стенке, с пролета на пролет, по диагонали</u> ; - бросание мяча вверх и ловля двумя руками после хлопка, сидя на пятках, <i>фронт 3 мин</i> ;	- эстафета «Кто быстрее» 3раза; - бег в медленном темпе 90сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Затейники» 3 раза.	Развивать ориентировку в пространстве, координацию движений. Закреплять умение образовывать мн.ч. существительных .
		Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена,	№13	<i>(групповой 3 раза)</i> - ходьба по обручу боком; - прыжки на мягкое покрытие h=40см; - <u>лазание по гимнастической стенке, с пролета на пролет, по диагонали</u> ; - ведение мяча по кругу, <i>фронт 3 мин</i> ;	- эстафеты «Быстрее, сильнее, выше» 3раза; - бег в медленном темпе 90сек; - ходьба друг за другом; - игра малой подвижности «Затейники» 3 раза.	

		приставным шагом вправо, влево, остановиться присесть (по 16ш), Бег в медленном темпе 85 сек.				
Профессии	4	Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, перекатом (по 16ш), Бег в медленном темпе 85 сек.	№13	(групповой 3 раза) - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая предметы; - прыжки в высоту с разбега (не менее 50см); - лазание по гимнастической стенке, с пролета на пролет, по диагонали; - отбивание мяча на месте, фронт 3 мин;	- эстафеты «Почтальон» 3 раза; - бег в медленном темпе 90сек; - ходьба друг за другом; - дыхательное упражнение «Хлопушка»;	Способствовать развитию ориентировке в пространстве. Тренировать умение образовывать притяжательные прилагательные.
		Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, перекатом (по 16ш), Бег в медленном темпе 85 сек.	№13	(групповой 3 раза) - ходьба по гимнастической скамейке, перепрыгивая ленту на середине; - прыжки в высоту с разбега (не менее 50см); - лазание по гимнастической стенке, изменяя темп; - метание мешочка в вертикальную цель, 4м, h=1 м;	- эстафеты «Почтальон» 3 раза; - бег в медленном темпе 90сек; - ходьба друг за другом; - дыхательное упражнение «Здравствуй солнышко»;	

Май

тема	неделя	I часть Вводная	II часть Основная		III часть Заключительная	Коррекци онная работа
Птицы	1	<i>Ходьба, бег</i>	<i>ОРУ</i>	<i>ОВД</i>	<i>П/и, бег</i>	
		Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево (по 1бш), Бег в медленном темпе 90сек.	№ 14 флажки	<p align="center"><i>(поточно 3 раза)</i></p> -ходьба по бревну; -прыжки в длину с разбега; - подлезание под дугу h=50см; - ведение мяча по круг, правой, левой рукой, фронт 3 мин;	- п/и «Филин» 3раза; - бег в медленном темпе 95сек; - ходьба друг за другом; - пальчиковая гимнастика «Вырос высокий цветок на поляне»;	
		Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево (по 1бш), Бег в медленном темпе 90 сек.	№ 14 флажки	<p align="center"><i>(групповой 3 раза)</i></p> -бег по наклонной доске, вверх и вниз; - прыжки в длину с разбега; - лазание по гимнастической стенке, удобным способом; - метание мешочка на дальность;	- п/и «Совушка» 3раза; - бег в медленном темпе 95сек; - ходьба друг за другом; - пальчиковая гимнастика «Вырос высокий цветок на поляне»;	
Этих лет не <small>самолетом слал</small>	2	Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево, остановиться присесть (по 1бш). Бег в медленном темпе 90 сек.	№ 14 флажки	<p align="center"><i>(групповой 3 раза)</i></p> - ходьба по обручу боком; - прыжки в длину с разбега; - лазание по канату; -бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 20 раз);	- эстафеты «Защитники Родины» 3 раза; - бег в медленном темпе 95сек; - ходьба друг за другом; - дыхательное упражнение «Здравствуй солнышко»;	Закреплять умение правильно употреблять глаголы в речи.

	Ходьба обычная друг за другом; на носках, руки вверх, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо, влево (по 1бш), Бег в медленном темпе 90сек.	№ 14 флажки	-ходьба по гимнастической скамейке, с мешочком на голове; -прыжки в длину с разбега; - <u>лазание по канату</u> ; - перебрасывание мяча друг другу снизу, 4м;	- эстафеты «Защитники Родины» 3 раза; - бег в медленном темпе 95сек; - ходьба друг за другом; - дыхательное упражнение «Здравствуй солнышко»;	
--	--	-------------	--	--	--

II. Содержательный раздел.

2.1. Содержание образовательной деятельности для детей 6 -7 летс задержкой психического развития

Физического воспитания для детей с ЗПР этого возраста, носит междисциплинарный характер и нацелен на нормализацию нарушенных функций, коррекцию и профилактику вторичных нарушений, коррекцию и развитие физических качеств, коррекцию психических нарушений детей. Формы занятий достаточно разнообразны и включают физкультурные занятия коррекционной направленности, рекреационные занятия в режиме дня, лечебно-профилактические и реабилитационные мероприятия.

Содержанием занятий являются:

- основные движения: ходьба, бег, прыжки, метания, лазанье;
- коррекционно-развивающие подвижные игры;
- танцевальные упражнения;
- общеразвивающие упражнения как средство формирования базовых координационных способностей, развития двигательных качеств;
- корригирующие упражнения для формирования осанки, развития согласованности движений, постановки дыхания, развития мелкой моторики, активизации речевой деятельности;
- дыхательная гимнастика;
- релаксационные упражнения.

Ходьба и бег.

В этом возрасте занимают до 80% всех движений. На занятиях обучают обычной ходьбе, ходьбе на носках, на внешней стороне стопы, приставными и скрестными шагами, в приседе, перекатом с пятки на носок; бегу в переменном темпе, с подскоками, «змейкой», с изменением направления, с предметами в руках, с препятствиями, остановками, врассыпную, парами.

Типичные ошибки при ходьбе: плохая координация рук и ног (иногда асимметрия), слабое отталкивание и шарканье ногами, неустойчивость и неравномерность темпа, нарушение осанки (голова и плечи опущены), неуверенность при смене направления и ритма.

Типичные ошибки при беге: мелкий, семенящий шаг, часто на полусогнутых ногах, (несогласованность движений рук и ног, недостаточная амплитуда, нечеткий ритм беговых шагов, слабое отталкивание и вынос бедра, боковые колебания туловища, дополнительные движения головой, закрепошенность в быстром беге, неумение согласовывать свои действия с действиями других, наталкивание, запаздывание на сигнал педагога, быстрая утомляемость.

Коррекционно-развивающая направленность упражнений в ходьбе и беге:

- коррекция техники движений рук (амплитуды, темпа);
- коррекция согласованности ходьбы и бега с дыханием; развитие чувства ритма;
- развитие ориентировки в пространстве;
- развитие быстроты реакции;
- развитие скоростно-силовых качеств;
- укрепление свода стопы;
- укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем;
- коррекция осанки;
- коррекция расслабления.

Прыжки.

Развивают координацию движений, силу мышц ног и туловища.

Типичные ошибки при прыжках - слабое подседание при прыжках в длину с места, одновременное отталкивание, прямые ноги в полете, малая траектория, жесткое приземление, часто с потерей равновесия; *в прыжках с разбега*– дискоординация движений рук и ног, отсутствие или несогласованность маха руками вверх при отталкивании, неполное разгибание толчковой ноги в коленном суставе, иногда неумение оттолкнуться одной ногой; *в прыжках со скакалкой*– много лишних движений, несогласованность вращения скакалки с движениями ног, особенно у мальчиков.

Коррекционно-развивающая направленность упражнений в прыжках:

- развитие силы мышц-разгибателей ног, туловища;
- коррекция и развитие координации движений всех звеньев тела;
- развитие дифференцировки усилий, расстояния;
- укрепление мышечно-связочного аппарата стопы;
- развитие подвижности всех суставов;
- развитие скоростно-силовых качеств;
- коррекция и развитие равновесия.

Метание.

Метание – сложное по координации упражнение, развивает ловкость, глазомер, укрепляет мышцы ног, туловища, рук и плечевого пояса, развивает тонкую моторику, подвижность в суставах, кинестетические ощущения. В процессе обучения используется мелкий ин-

вентарь: от больших пляжных мячей до маленьких шариков, различных по весу, объему, цвету, дротики на липучках, мешочки с песком, серсо, при занятиях на улице – шишки, желуди, снежки, тарелочки.

Дети с ЗПР долго и не все осваивают технику метания. Дошкольниками с трудом осваивается координация целостного упражнения в метании.

Типичные ошибки: неправильное исходное положение, отсутствие широкого замаха, рука в момент выброса не разгибается полностью, перенос веса тела на сзади стоящую ногу, нарушение траектории полета (как правило, вперед-вниз, чаще у девочек), отсутствие слитности движения.

Коррекционно-развивающая направленность упражнений в метании, бросании и ловле мяча:

- развитие способности дифференцировать усилие и расстояние;
- развитие ручной ловкости;
- развитие координации движений рук, глазомера, зрительного слежения;
- развитие ориентировки в пространстве и схеме тела;
- развитие мелкой моторики;
- развитие концентрации внимания, быстроты реакции;
- развитие согласованности движений рук, ног и туловища;
- развитие подвижности в суставах;
- развитие умения анализировать и контролировать собственные действия.

Ползание и лазанье.

Укрепляют крупные мышцы туловища, рук, ног, развивают координацию движений, ловкость, силу, гибкость позвоночника, точность перемещения, смелость. Для ползания и лазанья используют гимнастические скамейки, наклонные приставные доски и лестницы, поролоновые модули, горку, канат, веревочную лестницу. Инвентарь используется отдельно или в комплексе, например: гимнастическая стенка, канат с узлами и приставная лестница.

Коррекционно-развивающая направленность упражнений:

- развитие координации всех звеньев тела; развитие согласованности движений;
- развитие ловкости, смелости, преодоление страха;
- развитие равновесия; профилактика плоскостопия;
- развитие способности дифференцировать усилие.

ОРУ

ОРУ для детей с ЗПР имеют многофункциональное значение, они формируют культуру движений, осанку, развивают равновесие, координацию, выразительность, точность, согласованность движений по темпу и амплитуде, ориентировку в схеме тела, подвижность в суставах, расслабление. Упражнения выполняются без предметов и с мелким инвентарем – мячами, ленточками, флажками, кубиками, кеглями, гимнастическими палками, мягкими игрушками, обручами. ОРУ не только расширяют двигательный диапазон дошкольников,

но и развивают психические процессы: внимание, двигательную, зрительную, слуховую память, эмоции, образное мышление, воображение, дисциплинируют поведение. Дошкольники выполняют упражнения под счет, хлопки, бубен.

Коррекционно-развивающая направленность ОРУ:

- коррекция осанки, плоскостопия: развитие и коррекция основных движений;
- развитие и коррекция физических качеств и координационных способностей;
- развитие внимания, памяти, логического мышления, воображения;
- развитие эмоциональной сферы;
- развитие нервно-мышечной, сенсорной, дыхательной систем.

Подвижные игры.

Подвижные игры удовлетворяют естественную потребность детей в движении, общении, эмоциональном насыщении и имеют огромное воспитательно-образовательное значение, позволяя решать коррекционные задачи физического и психического развития детей с ЗПР. Подвижные игры состоят из простых или уже изученных упражнений: ходьбы, бега, прыжков и метания, лазанья и перелезания, предметных действий. Они могут быть сюжетными, имитационными, театрализованными, в виде эстафеты, полосы препятствий.

Одна из особенностей задержки психического развития – несформированность у детей игровой деятельности, отсутствие интереса к игре, робость, стеснительность, а чаще гиперактивность, дефекты речи, нежелание действовать в команде. В связи с этим игровая деятельность строится постепенно. Ритм стихов помогает подчинить движения определенному темпу, сила голоса определяет амплитуду и выразительность движений.

III. Организационный раздел.

3.1. Список литературы «Физическое развитие»

Наименование издания	
1	Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. Борисова М.М
2	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет Пензулаева Л.И.
3	Сборник подвижных игр Степаненкова Э.Я.
4	Физическое воспитание в детском саду Степаненкова Э.Я.
5	Физическое развитие детей 2-7 лет Подольская Е.И.
6	Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа Пензулаева Л.И.
7	Парциальная программа физического развития детей 3-7 лет Малыши крепыши Бережнова О.В, Бойко В.В.

8	Учите бегать, прыгать, лазать, метать Е.Н. Вавилова
9	Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении А.П. Щербак
10	Физкультурные праздники в детском саду В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак
11	Физическая культура в детском саду. Конспекты занятий, праздников и развлечений Казина О.Б;
12	Азбука физкультминуток для дошкольников: Практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр (средняя, старшая, подготовительная группы) В.И.Ковалько
13	Приобщаем детей к здоровому образу жизни. Методическое пособие. Полтавцева Н.В. Стожарова М.Ю., Краснова Р.С., Гаврилова И.А.
14	Подвижные тематические игры для дошкольников. Лисина Т.В., Морозова Г.В.
15	Малоподвижные игры и игровые упражнения 3-7 лет. Борисова М.М.
16	Воспитание ценностей здорового образа жизни у детей 3-7 лет. Югова М.Р.
17	Развитие эмоционально-двигательной сферы детей 4-7 лет Михеева Е.В.
18	Конспекты лого ритмических занятий с детьми 5-6 лет Картушина М.Ю.
19	Гимнастика для детей 5-7 лет Верховина Л.Г., Заикина Л.А.
20	Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с ЗПР: Пособие для практических работников дошкол. образ. уч./ под общ. Е.М. Мастюковой.-М.: АРЕТ. И, 2002.
21	Маркова Л.С. Построение коррекционной среды для дошкольников с ЗПР. М., 2005.