

РЕЦЕНЗИЯ

на методическое пособие «Приобщение детей с задержкой психического развития к физической культуре» инструктора по физической культуре МДОБУ детский сад комбинированного вида № 8 «Алёнушка» г. Тихорецк
муниципальное образование Тихорецкий район
Темновой Тамары Алексеевны

Представленное на рецензирование методическое пособие Т.А. Темновой предназначено для педагогов детских садов, работающих в группах компенсирующей направленности с детьми, имеющими задержку психического развития. Общий объем работы – 46 стр.

Темнова Т.А., определяя актуальность выбранной темы, отмечает, что физическое развитие детей дошкольного возраста является приоритетной задачей детского сада. Автор акцентирует внимание на том, что у детей с задержкой психического развития очень важно целенаправленно формировать устойчивую мотивацию и потребность в сохранении собственного здоровья и здоровья окружающих. Тамара Алексеевна считает, что роль педагога состоит в организации процесса физического воспитания, сберегающего здоровье ребенка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью.

В основу учебно-методического пособия Т.А. Темновой положена гипотеза о наличии особенностей физического развития детей дошкольного возраста с ЗПР. Предполагается, что комплексная целенаправленная работа по физическому воспитанию таких детей позволит скорректировать отклонения в их физическом развитии и приобщить их к физической культуре.

Педагогическая целесообразность представленного на рецензирование методического пособия заключается в том, что в нём представлены материалы, соответствующие схеме формирования у детей двигательных навыков, которая выстроена в логике научных представлений. Автор полагает, что данное пособие поможет педагогам обогатить и разнообразить двигательный режим детей, поскольку сложившаяся система физического воспитания не обеспечивает в должной мере ни развитие двигательной активности, ни общее психофизиологическое развитие детей с ЗПР.

Методическое пособие Т.А. Темновой имеет выраженную практическую направленность, так как предполагает комплексный характер взаимодействия с воспитанниками. Представленное тематическое планирование разработано в соответствии с тематическим планированием учителя-логопеда и предполагает организацию воспитателями в течение дня систематической, целенаправленной двигательной деятельности детей с учетом индивидуально-дифференцированного режима, повышение или снижение уровня двигательной активности с использованием преимущественно циклических упражнений.

Методическое пособие Темновой Тамары Алексеевны актуально, представляет практический интерес, т.к. способствует обеспечению методического сопровождения коррекционного процесса и рекомендуется к использованию в работе по физическому развитию детей с задержкой психического развития.

28. 01. 2021 г.

КПН, доцент кафедры социальной,
специальной педагогики и психологии,
ФГБОУ ВО «Армавирский государственный
педагогический университет»,
г. Армавир, Краснодарский край



Лебеденко И.Ю.

Водный Лебеденко И.Ю.
удостоверено
Специалист по коррекции
КХЦ Светлана

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 8 «Алёнушка» города Тихорецка
муниципального образования Тихорецкий район

**Учебно-методическое пособие
«Приобщение детей с ограниченными
возможностями здоровья к физической культуре»
для детей с задержкой психического развития**

Темнова Тамара Алексеевна
Должность: инструктор по
физической культуре

2020 год

Пояснительная записка
к методическому пособию Темновой Тамары Алексеевны
инструктора по физической культуре МБДОУ № 8 «Алёнушка»
г.Тихорецка по теме «Приобщение детей с задержкой психического
развития к физической культуре».

Целью методического пособия является совершенствование функции формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации, приобщению детей к физической культуре и спорту.

Пособие представлено на 35 страницах.

Задачи:

1. Сохранение, укрепление здоровья детей.
2. Повышение физической и умственной работоспособности.
3. Совершенствование умений и навыков в основных видах движений.
4. Формирование правильной осанки.
5. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
6. Развитие инициативы, самостоятельности в двигательной активности.
7. Развитие речи посредством движения;
8. Формировать потребность быть здоровым и вести здоровый образ жизни.

Планируемые результаты:

Игровые задания пособия дают возможность ребенку обогатить и разнообразить двигательный режим детей, способствует умению добиваться положительных результатов, решать проблемные задачи, подчинять свои действия поставленной цели.

В методическом пособии представлены разработанные комплексы двигательной активности в утренний отрезок времени, а так же разработаны в соответствии с темами учителя - логопеда игры различной подвижности (подвижные и малоподвижные) и физические упражнения во время дневной и вечерней прогулок с помощью которых педагоги, работающие на группах компенсирующей направленности, смогут осуществлять коррекционно-педагогическую работу по физическому воспитанию детей в течении дня. Разработанное в доступной форме пособие станет для педагогов помощником в организации двигательной деятельности детей вне занятий и поможет детям в приобщении к физической культуре, как к части общечеловеческой культуры, включающей в себя опыт рационального выполнения физических упражнений и осознанного применения полученных знаний для решения двигательных задач с учетом условий жизни и игры, а также для развития способностей детей.

Учет программного содержания

Пособие разработано в соответствии с тематическим планированием учителя-логопеда, с целью активизации процесса развития и познания окружающего мира у детей среднего и старшего дошкольного возраста.

Содержание материала соответствует возрасту детей, степени их развития и знаний, а так - же их интересов. Пособие разработано таким образом, чтобы педагог мог в течении дня проводить систематическую, целенаправленную двигательную деятельность с учетом индивидуально-дифференцированного режима, повышать или снижать уровень двигательной активности с использованием преимущественно циклических упражнений. Пособие составлено таким образом, что, в начале вырабатывается умение выполнять составные компоненты физического упражнения, устанавливается их значимость и взаимосвязь в структуре движения. Это умение постепенно переводится в *слитное действие в упрощенных, специально созданных условиях*. Затем у детей развивается возможность двигаться разными способами, и на этой базе происходит усвоение общих положений, характерных для группы однородных движений. В дальнейшем в пособии задания и игры для детей нацелены на формирование умения действовать целесообразно в различных ситуациях, выработку гибкости двигательного навыка, развитие способности быстро переходить от одного движения к другому в разных сочетаниях и в разной последовательности. Все разучиваемые движения включены в игровые ситуации, благодаря чему усвоенные общие правила становятся фундаментом для решения детьми двигательных задач в игре.

Процесс обучения идет по спирали, на каждом витке которой решаются определенные задачи: разучивание и закрепление одних движений и дальнейшее совершенствование других. На следующем витке формируются предпосылки для решения следующих задач: умение применить их в повседневной жизни и игре.

Методическое пособие обеспечивает многократную повторяемость материала в усложнении и прочность его усвоения. Данный материал включает в себя специальные упражнения для развития физических качеств и способностей детей, помогает педагогу определить оптимальные пути коррекционной работы по физическому воспитанию и развитию детей с ОВЗ и приобщению их к физической культуре.

Данное пособие имеет практическую ценность и может использоваться педагогами, работающими на группах общеразвивающей направленности для того, чтобы эффективно организовать двигательную деятельность детей в течение дня.

Старший воспитатель

Н.А.Булгакова

Инструктор по
физической культуре

Т.А.Темнова

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 8 «Алёнушка» города Тихорецка
муниципального образования Тихорецкий район

**Учебно-методическое пособие
«Приобщение детей с ограниченными
возможностями здоровья к физической культуре
для детей с задержкой психического развития»**

Темнова Тамара Алексеевна
Должность: инструктор по
физической культуре

2021 год

Содержание

Предисловие	3 стр.
Введение	4 стр.
Основная часть	6 стр.
Заключение	8 стр.
Оглавление	9 стр.
Приложение	10 стр.
Библиографический список	11 стр.

Предисловие.

Учебно-методическое пособие «Приобщение детей с ограниченными возможностями здоровья к физической культуре для детей с задержкой психического развития» носят рекомендательный характер для педагогов дошкольных образовательных учреждений. В пособии предлагается развернутая система методических рекомендаций, с помощью которых педагоги, работающие на группах компенсирующей направленности, смогут осуществлять коррекционно-педагогическую работу по физическому воспитанию детей в течение дня. Разработанное в доступной форме пособие станет для педагогов помощником в организации двигательной деятельности детей вне занятий и поможет детям в приобщении к физической культуре, как к части общечеловеческой культуры, включающей в себя опыт рационального выполнения физических упражнений и осознанного применения полученных знаний для решения двигательных задач с учетом условий жизни и игры, а также для развития способностей детей.

Учебно-методическое пособие направлено:

- обеспечить ребенку с ОВЗ не только возможность сохранения здоровья за период нахождения в дошкольном образовательном учреждении, но и научить его «помогать» своему здоровью, сформировать у него необходимые знания, позволяющие применить в повседневной жизни;
- способствует преодолению вторичных отклонений в развитии условий для успешной подготовки детей с ЗПР к общеобразовательной школе;
- сформировать правильные двигательные умения и навыки;
- развить у детей самостоятельность и эффективность действий;
- развивать нравственные и эстетические чувства ребенка через беседы, подвижные игры;
- обогащение словаря, повышение выразительности речи;
- расширять и углублять возможности для возникновения и закрепления устойчивых познавательных интересов.

Введение.

Актуальностью разработки данного материала является то, что сейчас, отмечается нарастающее ухудшение здоровья детей, появляется все больше детей с ОВЗ с задержкой психического развития. Поэтому актуальность данной темы тесным образом связана с приоритетной задачей педагога «Создание оптимальных условий для всестороннего развития двигательных и психофизических способностей, укрепление здоровья детей с ОВЗ путем повышения физиологической активности органов и систем детского организма, приобщение детей с задержкой психического развития к физической культуре и спорту».

Работа педагога по физическому воспитанию детей с ОВЗ предполагает решение ряда коррекционных задач, направленных на устранение недостатков в физической, сенсорной, аффективно-волевой, интеллектуальной сферах, обусловленных особенностями речевого дефекта. При этом педагог направляет свое внимание не только на коррекцию имеющихся отклонений в физическом и умственном развитии ребенка, обогащение его представлений об окружающем мире, но и на дальнейшее развитие и совершенствование деятельности сохранных анализаторов.

Отрадно осознавать, что именно сейчас, в то время, когда начинается процесс физического возрождения России, с 1 января 2014 года вступил в силу ФГОС ДО, который закрепляет приоритет физического воспитания дошкольников.

В Общих положениях ФГОС ДО отмечено, что формирование общей культуры личности ребенка, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности., является приоритетным.

Неизменной целью каждого педагога остается сохранение здоровья и формирование у детей с ОВЗ положительного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни. В идеале то, что называется здоровым образом жизни, закладывается с детства. Однако, выработать привычки, которые позволят долгие годы хорошо себя чувствовать, быть сильным и выносливым, не поздно никогда. Данное пособие поможет создать у таких детей устойчивую мотивацию и потребность в сохранении собственного здоровья и здоровья окружающих. Нельзя улучшить свою наследственность и лично повлиять на уровень здравоохранения, нельзя значительно изменить экологические условия своего существования, но образ жизни и привычки, которые человек избирает, целиком зависят от него самого. Роль педагога состоит в организации процесса физического воспитания, берегающего здоровье ребенка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью. Мотивация детей ОВЗ с задержкой психического развития к обучению, безусловно, снижена из-за состояния здоровья. Не

всегда педагог получает ожидаемую отдачу, положительную динамику результатов обучения. Но от этого работа каждодневная, кропотливая, порой незаметная для окружающих, не становится менее значимой, чем работа со здоровыми, мотивированными детьми. Для того, чтобы эффективно организовать двигательную деятельность детей с ОВЗ 3-4 лет в течении дня бала систематизирована двигательная деятельность детей на весь учебный год. Пособие ежегодно корректируется, исходя из диагностических карт о здоровье детей.

Основная часть.

Пособие помогает в решении проблемы физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья, надо отметить, что специфической направленностью в работе с этой категорией детей является её коррекционно-компенсаторная сторона, в том числе и процесса физического развития, моторики и расширение двигательных возможностей таких детей является главным условием подготовки их к жизни. Развитие двигательной активности детей с задержкой психического развития должно протекать в форме их приобщения к физической культуре, как естественно составляющей общечеловеческой культуры.

В основу учебно-методического пособия была положена гипотеза о наличии особенностей физического развития детей дошкольного возраста с ЗПР. Предполагается, что комплексная целенаправленная работа по физическому воспитанию таких детей позволит скорректировать отклонения в их физическом развитии и приобщению к физической культуре.

Была поставлена цель с помощью данного пособия совершенствовать функции формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации, приобщению детей к физической культуре и спорту.

Данное пособие предлагает решение следующих задач:

- сохранение, укрепление здоровья детей;
- повышение физической и умственной работоспособности;
- совершенствование умений и навыков в основных видах движений;
- формирование правильной осанки;
- формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности;
- развитие инициативы, самостоятельности в двигательной активности;
- развитие речи посредством движения;
- формировать потребность быть здоровым и вести здоровый образ жизни.

В фундаменте данного методического пособия, для педагогов работающих с детьми ОВЗ лежит схема формирования у детей двигательных навыков, которая выстроена в логике научных представлений первой трети XX столетия (в частности, физиологии И.П.Павлова). Она такова: прямой показ взрослым (обучающим) образца движения – многократное воспроизведение детьми этого образца в однородных условиях с целью образования прочных динамических стереотипов (как основы навыка); перенос усвоенного образца в новые ситуации, где соответствующее ему движение могло бы выполняться вариативно и навык благодаря этому закрепился бы окончательно. Данное пособие поможет педагогам обогатить и разнообразить двигательный режим детей так как, сложившаяся система физического воспитания не обеспечивает в должной мере ни развитие двигательной активности, ни, тем более, общее психофизиологическое развитие детей с ОВЗ. Отсюда и возникла необходимость в разработке данного пособия для возрождения исконного статуса физической культуры и актуализации её значения в психофизическом развитии детей.

Ключевым направлением данного пособия является создание условий для творческого освоения эталонов движения детьми в различных ситуациях. Этому способствует сочетание упражнений (обучающих и игровых) с подвижными играми. Что помогает развивать у детей двигательное воображение, которое становится основой для одухотворения и осмысления движений; тем самым закладывается существенная предпосылка формирования произвольной моторики. Так же, используя в работе методическое пособие, наблюдается у детей развитие способности самостоятельно выразить в движении строй своих переживаний и чувств, помогает выполнять то или иное движение без помощи взрослого, фиксировать и осмысливать собственное затруднение при его выполнении.

Пособие разработано в соответствии с тематическим планированием учителя-логопеда, с целью активизации процесса развития и познания окружающего мира у детей среднего дошкольного возраста.

Содержание материала соответствует возрасту детей, степени их развития и знаний, а так - же их интересов. Пособие разработано таким образом, чтобы педагог мог в течении дня проводить систематическую, целенаправленную двигательную деятельность с учетом индивидуально-дифференцированного режима, повышать или снижать уровень двигательной активности с использованием преимущественно циклических упражнений. Пособие составлено таким образом, что, в начале вырабатывается умение выполнять составные компоненты физического упражнения, устанавливается их значимость и взаимосвязь в структуре движения. Это умение постепенно переводится в слитное действие в упрощенных, специально созданных условиях. Затем у детей развивается возможность двигаться разными способами, и на этой базе происходит усвоение общих положений, характерных для группы однородных движений. В дальнейшем в пособии задания и игры для детей нацелены на формирование умения действовать целесообразно в различных ситуациях, выработку гибкости двигательного навыка, развитие способности быстро переходить от одного движения к другому в разных сочетаниях и в разной последовательности. Все разучиваемые движения включены в игровые ситуации, благодаря чему усвоенные общие правила становятся фундаментом для решения детьми двигательных задач в игре.

Процесс обучения идет по спирали, на каждом витке которой решаются определенные задачи: разучивание и закрепление одних движений и дальнейшее совершенствование других. На следующем витке формируются предпосылки для решения следующих задач: умение применить их в повседневной жизни и игре.

Методическое пособие обеспечивает многократную повторяемость материала в усложнении и прочность его усвоения. Данный материал включает в себя специальные упражнения для развития физических качеств и способностей детей, помогает педагогу определить оптимальные пути коррекционной работы по физическому воспитанию и развитию детей с ОВЗ и приобщению их к физической культуре.

Заключение.

Учебно-методическое пособие состоит из перспективно-тематического недельного планирования для организации работы воспитателя по приобщению детей к физической культуре, помогает создать условия для самореализации детей с ОВЗ и в свете новых образовательных стандартов готовить нынешних и будущих выпускников к творческой, спортивной, продуктивной жизни в нашем постоянно меняющемся мире.

Оглавление.

Учебно-методическое пособие «Приобщение детей с ограниченными возможностями здоровья к физической культуре» для детей с задержкой психического развития» к разделу «Физическое воспитание» адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования для детей с задержкой психического развития можно применять целенаправленно, создавая игровые обучающие образовательные ситуации, применяя их, в свободной деятельности воспитанников среднего дошкольного возраста, на этапе обучения и на этапе закрепления, обобщения, а так же в самостоятельной деятельности воспитанников. Данный материал включает в себя специальные упражнения для развития физических качеств и способностей детей, помогает педагогу определить оптимальные пути коррекционной работы по физическому воспитанию и развитию детей с ОВЗ и приобщению их к физической культуре.

Приложение

«Перспективно-тематическое понедельное планирование организации работы воспитателя по приобщению детей ОВЗ 3-5 лет к физической культуре».

**Перспективно-тематическое понедельное планирование организации работы воспитателя
по приобщению детей к физической культуре.
Сентябрь – 1 неделя**

день недели	утро	прогулка	вечер
понедел ьник	В п/и «Трамвай» закреплять умение ходить друг за другом в определенном направлении, действовать по сигналу (на остановке все дети выходят из трамвая, бегают, прыгают, собирают цветы и т.д. У.г.: «Мы стараемся»	В п/и «По ровненькой дорожке» приучать детей слушать сигнал, упражнять в прыжках с продвижением вперед. В упражнении «Обезьянка» развивать силу мышц рук. Использовать висы на лиане: взяться за рейку на уровне поднятых рук и согнуть ноги в коленях.	В игре «»Запомни свой цвет» развивать ловкость, внимания зрительного и слухового, сообразительности.
вторник			
среда	Подъем на пеньки разной высоты. Приучать детей регулировать высоту подъема ноги в зависимости от высоты препятствия, развивать силу мышц ног. У.г.: «Мы стараемся»	П/и «зайцы и волк» закреплять умение правильно приземляться в обычной обуви (зайцы на поляне прыгают, увидели волка – присели, спрятались).	Игры по желанию детей с большим мячом. Побуждать детей бросать большой мяч взрослому с расстояния 1,5 м. взрослый прокатывает мяч. Ребенок ловит мяч и бросает взрослому. В упражнении «Обезьянка» развивать силу мышц рук, правильный захват рейки руками.
четверг		В п/и «Воробушки и автомобиль» развивать умение действовать по сигналу в ходе движения. Самостоятельные игры с большим мячом.	
пятница	Пальчиковая гимнастика «Ладонь - кулак» развивать у детей мелкие мышцы рук. У.г.: «Мы стараемся»		В п/и «Автомобили» развивать умение действовать по сигналу по ходу движения.

Сентябрь – 2 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	Развивать функцию равновесия при ходьбе по дорожкам, по разной поверхности (гравию, траве, асфальту, утрамбованной земле. У.г.: «Надо чисто умываться по утрам и вечерам!»	В п/и «Бегите ко мне» упражнять детей в беге на 10 метров в прямом направлении, не наталкиваясь друг на друга. В игре «Пузырь» развивать умение детей строить круг и медленно его расширять.	В ходьбе через валики, кубики развивать у детей умение поднимать ноги, устранять шаркающий шаг (8 – 12 шагов с высоким подниманием ног).
вторник			
среда	Ходьба через линии, начерченные на расстоянии шага друг от друга (12 линий). Упражнять детей в умении ходить обычным шагом не семеня. У.г.: «Надо чисто умываться по утрам и вечерам!»	П/и «Не хотим мы больше спать» упражнять детей выполнять движения по показу педагога. В подвижной игре «По ровненькой дорожке» развивать у детей согласованные движения рук и ног во время ходьбы, побуждать к энергичным движениям руками. Пальчиковая гимнастика «Человек» развивать у детей мелкие мышцы рук.	В упражнении «Бегают мышки» закреплять у детей умение бегать на передней части стопы. Сочетать бег с энергичной ходьбой широким шагом.
четверг	Развивать у детей функцию равновесия при перемещении по разным грунтам и регулировать ширину шага при ходьбе через линии. У.г.: «Надо чисто умываться по утрам и вечерам!»	В подвижной игре «Веселые человечки» развивать находчивость, выразительность движений, умение перевоплощаться.	В ходьбе через канавки шириной 15 см. учить детей регулировать ширину шага.
пятница	Пальчиковая гимнастика «Человек» развивать у детей мелкие мышцы рук. У.г.: «Надо чисто умываться по утрам и вечерам!»		В п/и «Цепкие руки» закреплять умение захватывать рейку гимнастической лестницы круговым хватом (на лестницу не влезать).

Сентябрь – 3 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	В игре «Матрешки и карусели» закреплять умение детей ходить друг за другом в разном темпе, в определенном направлении, действовать по сигналу У.г.: «Весёлые погремушки»	В п/и «Соберитесь у мячей» развивать умение действовать по сигналу, бегать легко, не наталкиваясь друг на друга. В играх тс большим мячом побуждать детей бросать мяч сильнее (взрослый ловит мяч и прокатывает его ребёнку, ребенок ловит и бросает мяч). Расстояние увеличить до 2 м.	В игре «Кукла-неваляшка» учить детей выполнять движения по показу педагога. В игре «Хочешь с нами поиграть?» упражнять детей в ловле мяча двумя руками, при этом ребенок должен назвать свою любимую игрушку.
вторник			
среда	В подъеме на разновысотные пеньки развивать силу мышц ног, умение поднимать ногу в зависимости от высоты препятствия. У.г.: «Весёлые погремушки»	В п/и «Веселый мяч» закреплять умение выполнять подпрыгивание на месте на двух ногах, приземляться на полусогнутые ноги на носки. В играх с большим мячом закреплять умение правильно держать мяч за бока, энергично бросать его и догонять.	Укреплять силу мышц рук и плечевого пояса, выполняя висы на лианах. При ходьбе по ступенькам лестницы вверх и вниз развивать силу мышц ног, функцию равновесия.
четверг			
пятница	В упражнении «Веселые обезьянки» закреплять умение правильно захватывать рейку, укреплять мышцы рук. Пальчиковая гимнастика «Качели» развивать у детей мелкие мышцы рук. У.г.: «Весёлые погремушки»	В подвижной игре «Я люблю свои игрушки» закреплять умение ловить мяч двумя руками и бросать его в руки. В игре «Найди игрушку» упражнять детей в ориентировке в пространстве.	В упражнении «Цепкие руки» закреплять умение захватывать рейку гимнастической лестницы круговым хватом (на лестницу не влезать).

Сентябрь – 4 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	В п/и «Воздушный шар» упражнять детей в умении строиться в круг и медленно его расширять, бегать легко на передней части стопы. У.г.: «В гости к игрушкам»	В п/и «Автомобили» закреплять умение возвращаться в ограниченное пространство (в ворота шириной 3м.) Самостоятельные игры с большим мячом. Ходьба по краям площадки.	В упражнении «Позвони в колокольчик» закреплять умение выпрыгивать повыше, мягко приземляться. Колокольчик подвесить выше поднятой руки ребенка.
вторник			
среда	В ходьбе в разном темпе и по разным поверхностям, развивать функцию равновесия. У.г.: «В гости к игрушкам»	В п/и «Воробьи и кот» закреплять умение бегать легко на носках врассыпную, возвращаться в ограниченное пространство. В игровом упражнении «Зайцы на лужайке» закреплять умение подпрыгивать на месте повыше, правильно приземляться.	Развивать у детей умение пользоваться разными движениями для преодоления препятствий.
четверг			Педагог расставляет кубики и предлагает детям пройти, перешагивая через них, обойти их, не задев, пробежать между ними.
пятница	В упражнении «Добрось большой мяч до стены» закреплять умение принимать и.п. для ног (расстояние до стены 2,5 м). Пальчиковая гимнастика «Качели» развивать у детей мелкие мышцы рук. У.г.: «В гости к игрушкам»	В подвижной игре «Я люблю свои игрушки» закреплять умение ловить мяч двумя руками и бросать его в руки. В игре «Найди игрушку» упражнять детей в ориентировке в пространстве.	В игровом упражнении «Добрось мяч до стены» закреплять умение принимать и.п. для ног при броске большого мяча снизу.

Октябрь – 1 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	В упражнении «Пойдем по мостику», «Побежим по дорожке» закреплять умение сохранять устойчивое положение при ходьбе и беге по ограниченной поверхности. У.г.: «Осенние листочки»	В п/и «Автомобили» закреплять умение возвращаться в ограниченное пространство (в ворота шириной 3м.) Самостоятельные игры с большим мячом. Ходьба по краям площадки.	В упражнении «Перебрось мяч через ручей» (ширина 2,5 м.) закреплять умение принимать и.п. для ног, энергично бросать большой мяч двумя руками снизу. Приучать детей выполнять движение от определенного места. В игре «Солнце, дождик, ветер» упражнять детей в выполнении движений по показу, в умении внимательно слушать команды педагога.
вторник			
среда	В упражнении «Проползи в ворота» закреплять умение ползать на ладонях и коленях в ограниченном пространстве. У.г.: «Осенние листочки»	В п/и «Солнышко и дождик» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, возвращаться в ограниченное пространство по сигналу.	
четверг	В игровом упражнении «Прокати мяч в ворота» закреплять умение энергично отталкивать мяч в определенном направлении. У.г.: «Осенние листочки»	В п/и «Ветерок» закреплять умение выполнять движения по показу педагога, внимательно слушать команды.	Педагог расставляет кубики и предлагает детям сбить выложенные фигуры прокатывая большой мяч.
пятница	В упражнении «Прокати мяч и догони его ползанием» упражнять детей в умении переходить от броска к ползанию. Прокатывание выполняется из и.п. стоя на коленях. Пальчиковая гимнастика «Дождик» развивать у детей мелкие мышцы рук. У.г.: «Осенние листочки»	В подвижной игре «Листочки полетели» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. Развивать умение реагировать на зрительный сигнал. В игре «Шишки, желуди, орехи» упражнять детей в ориентировке в пространстве.	В игровом упражнении «Добрось мяч до стены» закреплять умение принимать и.п. для ног при броске большого мяча снизу.

Октябрь – 2 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	В упражнении «Пойдем по мостику» приучать детей ходить по ребристой доске, наступая на рейку серединой стопы, сохраняя равновесие, укреплять свод стопы. У.г.: «В парке»	В п/и «Автомобили» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. Развивать умение реагировать на зрительный сигнал. В игровом упражнении «Закати мяч ногой в ворота» упражнять детей в ловкости, учить управлять ногой (лучше использовать спущенный мяч).	В задании «Перепрыгни через линии» упражнять детей в умении выполнять три прыжка без остановки с продвижением вперед, отталкиваясь одновременно двумя ногами. (линии находятся на расстоянии чуть шире шага ребенка)
вторник			
среда	Укреплять свод стопы при катании гимнастической палки стопой, сидя на стуле (упражнение выполнять босиком). У.г.: «В парке»	В п/и «Кто быстрее соберется у своего дерева?» закреплять умение реагировать на зрительный сигнал. Упражнять в ходьбе по разным грунтам.	В игровом упражнении «Допрыгни до мяча и поиграй с ним» закреплять умение выполнять четыре прыжка с продвижением вперед.
четверг		В п/и «Мы осенью в лес пришли» закреплять умение выполнять движения по показу педагога, внимательно слушать команды.	Педагог расставляет кубики и предлагает детям сбить выложенные фигуры прокатывая большой мяч.
пятница	Развивать умение энергично отталкивать мяч в определенном направлении при катании мячей друг другу. Дети стоят на ковре на коленях. Пальчиковая гимнастика «Деревья» развивать у детей мелкие мышцы рук. У.г.: «В парке»	В подвижной игре «Елка, береза, дуб» закреплять умение выполнять движение по команде педагога. В игре «По извилистой дорожке» закреплять умение детей ходить змейкой, огибая предметы.	В игровом упражнении «Добрось мяч до стены» закреплять умение принимать и.п. для ног при броске большого мяча снизу.

Октябрь – 3 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	В задании «Пройди, проползи между кеглями и не урони их» упражнять детей в умении ходить и ползать змейкой между предметами. У.г.: «Во саду ли»	В п/и «В саду у ребятки» развивать умение реагировать на слуховой сигнал. В игровом упражнении «Закати яблоко в лунку» упражнять детей в ловкости, учить прокатывать средний мяч в прямом направлении (расстояние 3м.).	В упражнении «Пройди по бровке и не упади» развивать функцию равновесия.
вторник			
среда	В задании «Прокати мяч по дорожке» упражнять детей в умении принимать и.п. для ног. У.г.: «Во саду ли»	В п/и «Кто быстрее соберет фрукты в корзинку?» развивать умение ориентироваться в пространстве и быстром беге по прямой. В упражнении «Попрыгаем как мячики» закреплять умение подпрыгивать на месте, выпрыгивать выше (новые мячики).	В игровом упражнении «Пройди и проползи по известной дорожке» закреплять умение ползать и ходить змейкой между предметами в разном темпе, развивать функцию равновесия.
четверг	В задании «Закати яблочко в ворота» следить за и.п. (площадь ворот – 2,5 м.) У.г.: «Во саду ли»		
пятница	В задании «Подними карандаш ногой» укреплять свод стопы. Пальчиковая гимнастика «Наша Маша варила компот» развивать у детей мелкие мышцы рук. У.г.: «Во саду ли»	В подвижной игре «Сторож и зайцы» закреплять умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед и действовать по сигналу. В ходьбе по разновысотным пенькам развивать силу мышц ног и умение сохранять равновесие.	В игровом упражнении «Спрыгни со скамейки» закреплять умение спрыгивать на две ноги и не забывать при приземлении сгибать их в коленях.

Октябрь – 4 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	Закреплять умение принимать и.п. для ног при выполнении прыжков: каждый ребенок берет для себя полоску, раскладывает и прыгает от неё на двух ногах, продвигаясь вперед. У.г.: «В огороде»	В п/и «В огороде у ребяток» закреплять умение выполнять упражнения по показу педагога. бегать друг за другом. Развивать умение реагировать на словесный сигнал. Упражнять детей в ходьбе и беге змейкой между разложенными предметами.	В задании «Прокати мяч между ножками большого стула» закреплять умение принимать и.п. для ног при прокатывании, энергично отталкивать мяч, придавая нужное направление (расстояние до стула 2,5 м).
вторник			
среда	В задании «Пройди по мостику» развивать функцию равновесия при ходьбе по скамейке. У.г.: «В огороде»	В п/и «Кто быстрее соберется на свою грядку?» закреплять умение реагировать на зрительный сигнал. Упражнять в ходьбе по разным грунтам.	В задании «Проползи по кругу между кубиками» упражнять детей в умении ползать змейкой, развивать перекрестную координацию.
четверг	В задании «Проползи по мостику» упражнять детей в умении ползать по уменьшенной опоре (хват скамейки за края), развивать функцию равновесия, упражнять в использовании перекрестной координации при ползании. У.г.: «В огороде»	В игре малой подвижности «Угадай - ка» закреплять умение ловить мяч двумя руками.	В упражнении «Прыжки из обруча в обруч» побуждать детей к энергичному отталкиванию.
пятница	Упражнения для укрепления свода стопы «Покатай палочку». У.г.: «В огороде»	В подвижной игре «Сторож и зайцы» закреплять умение ориентироваться в пространстве, в умении действовать по сигналу.. В игре «По извилистой дорожке» закреплять умение детей ходить змейкой, огибая предметы.	

Ноябрь – 1 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	При ходьбе, беге, ползании между предметами закреплять умение быстро менять направление движения, выбирать различные способы перемещения. У.г.: «В лесу»	В п/и «Мы корзиночку возьмем» закреплять умение выполнять упражнения по показу педагога. бегать друг за другом. Развивать умение реагировать на словесный сигнал.	При перешагивании через гимнастические палки, разложенные на расстоянии чуть шире ширины шага ребенка, упражнять в умении сохранять устойчивое положение.
вторник		В п/и «Грибы – шалуны» закреплять умение ориентироваться в пространстве, упражнять в быстром беге в прямом направлении. При спрыгивании с невысоких предметов (скамеек, песочницы) закреплять умение принимать и.п. и мягко приземляться.	
среда	В упражнении «Прокатывание большого мяча по дорожке» закреплять умение энергично отталкивать мяч при прокатывании (длина дорожки 4 м) У.г.: «В лесу»	В п/и «Кто быстрее соберется на свою грядку?» закреплять умение реагировать на зрительный сигнал. Упражнять в ходьбе по разным грунтам. В игре малой подвижности «Угадай - ка» закреплять умение ловить мяч двумя руками.	В задании «Скати мяч с горки» закреплять умение придавать движению мяча определенное направление.
четверг			В упражнении «Грибы» закреплять умение строиться по росту.
пятница	В задании «Проползи и не задень» упражнять в ползании между предметами У.г.: «В огороде»	В задании «Закати мяч в ворота» упражнять детей в умении придавать мячу определенное направление, действуя ногой.	

Ноябрь – 2 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	В задании «Пробеги по извилистой дорожке» упражнять детей в умении бегать змейкой между предметами. У.г.: «Птички - невелички»	В п/и «Перелет птиц» приучать бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, менять движение по сигналу.	В п/и «Птицы» закреплять умение выполнять захват рейки круговым хватом.
вторник	В упражнении «Пройди по мостику» закреплять умение ходить приставным шагом боком и приставным шагом пятка к носку.	Упражнять детей в умении перешагивать через естественные препятствия, регулировать ширину шага.	
среда	У.г.: «Птички - невелички»	В п/и «Скок - поскок» упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.	В задании «Прокати мяч по дорожке» упражнять в умении придавать определенное направление движению мяча (длина дорожки 3 м.).
четверг		Упражнять в ходьбе по разным грунтам. В игре малой подвижности «Угадай - ка» закреплять умение ловить мяч двумя руками.	
пятница	При ходьбе по шнуру, приставляя пятку к носку, развивать функцию равновесия. У.г.: «Птички - невелички»	В задании «Закати мяч в ворота» упражнять детей в умении придавать мячу определенное направление, действуя ногой.	В упражнении «Подлезь между ножками большого стула» закреплять умение опускать голову и поднимать её в разные моменты подлезания.

Ноябрь – 3 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	В упражнении «Прокати мяч головой» развивать у детей умение менять положение головы при ползании на ладонях и коленях. Использовать спущенный мяч.	В п/и «У медведя во бору» приучать бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, менять движение по сигналу.	В упражнении «Собери шишки для белочки» закреплять умение пользоваться наклоном и приседанием в зависимости от задания, ориентироваться в пространстве. В задании «Прокати мяч по дорожке» упражнять в умении придавать определенное направление движению мяча (длина дорожки 3 м.). В задании «Угадай, кто так двигается» закреплять умение имитировать движения разных животных.
вторник	У.г.: «Зайчики и белочки» Пальчиковая гимнастика «Уши длинные у зайца» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Зайка, попляши!» упражнять выполнять движения по показу педагога.	
среда	В упражнении «Прокати и проползи» закреплять умение опускать голову и поднимать ее при подлезании на ладонях и коленях между ножками большого стула, прокатывать мяч в определенном направлении при принятии правильного и.п. для ног (стул стоит на расстоянии 2 м. от черты).	В п/и «Как-то утром на лужайке» упражнять детей в выполнении движений по показу педагога и ориентировке в пространстве. Упражнять в ходьбе по разным грунтам. В игре малой подвижности «Угадай - ка» закреплять умение ловить мяч двумя руками.	
четверг	При ходьбе по шнуру, приставляя пятку к носку, развивать функцию равновесия. У.г.: «Зайчики и белочки» Пальчиковая гимнастика «Уши длинные у зайца» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Лесной футбол» упражнять детей в умении придавать мячу определенное направление, действуя ногой.	
пятница			В п/и «У медведя во бору» приучать бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, менять движение по сигналу.

Ноябрь – 4 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понеделни к	В упражнении «Пройди боком по доске» закреплять умение ходить боком приставным шагом. У.г.: «Котята»	В п/и «Кролики и волк» закреплять умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед врассыпную, отталкиваясь двумя ногами. В упражнении «На праздник» закреплять умение строить пары по желанию, ходить парами, действовать по сигналу. В п/и «Кот Васька» закреплять умение ориентироваться в пространстве.	В упражнении «С кочки на кочку» закреплять умение перешагивать из обруча в обруч, сохраняя равновесие.
вторник			
среда	Упражнения для укрепления свода стопы «Покатай карандаш», «Подними платочек». У.г.: «Котята».	В п/и «Кролики» приучать детей подлезать под шнур на ступнях, не задевая его. грунтам. В игре малой подвижности «Котенок-шалун» закреплять умение выполнять движения по показу педагога.	В упражнении «Перепрыгни через валик» закреплять умение принимать правильное и.п., отталкиваться энергично, одновременно двумя ногами.
четверг	Пальчиковая гимнастика «Коза рогатая». развивать у детей мелкие мышцы рук.		

пятница	В задании «Проползи и не задень» упражнять детей в умении подлезать на ладонях и коленях под дугу высотой 50 см. У.г.: «Котята». Пальчиковая гимнастика «Коза рогатая». развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Барашек» упражнять детей в умении выполнять движения по показу педагога. В упражнении «Пройди боком по доске» закреплять умение ходить боком приставным шагом.	В п/и «Догони меня» закреплять умение бегать в одном направлении, развивать выносливость при пробегании 10м. в быстром темпе. Ходьба змейкой между дугами.
----------------	--	---	---

Декабрь – 1 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	В упражнении «Пройди по шнуру боком приставным шагом» закреплять умение ходить по шнуру боком приставным шагом, с сохранением правильной осанки. У.г.: «Верные друзья» Пальчиковая гимнастика «Коготочки» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «За собачкой» закреплять умение детей выполнять движения по показу. Игра малой подвижности «К кому пойдешь?» закреплять умение строить пары , ходить и бегать парами в прямом направлении, действовать по сигналу.	Упражнять детей в прокатывании мяча в прямом направлении и в сбивании большим мячом предметов с разного расстояния (0,5 м., 2 м., 2,5 м.).
вторник			
среда	В прыжках с зажатым между ног мячом закреплять умение отталкиваться одновременно двумя ногами, приземляться на носки. У.г.: «Верные друзья» Пальчиковая гимнастика «Коготочки» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «У медведя во бору» упражнять детей в ориентировке ТВ пространстве и умении действовать по сигналу. В игре малой подвижности «Угадай - ка» закреплять умение ловить мяч двумя руками.	В упражнении «Прокати мяч головой» расстояние 3 м., «Проползи между ножками стула» закреплять умение проползать на ладонях и коленях под стулом высотой 50 см., не задевая его головой.

четверг	В задании «Прокатывание мяча друг другу из положения сидя» упражнять детей в умении придавать мячу заданное направление при прокатывании.	В упражнении «Перепрыгни через бревно» (высота 15 см.) закреплять умение отталкиваться сильнее ногами, приземляться на носки.	
пятница	У.г.: «Верные друзья» Пальчиковая гимнастика «Коготочки» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Зайцы и волк» закреплять умение использовать прыжки с продвижением вперед, упражнять в умении действовать по сигналу.	Упражнение «Пройди по шнуру боком приставным шагом» закреплять умение ходить по шнуру боком приставным шагом, с сохранением правильной осанки.

Декабрь – 2 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	В упражнении «Пройди боком по канату» закреплять умение ходить по канату боком приставным шагом, с сохранением правильной осанки.	В п/и «Куры и лиса» закреплять умение действовать по сигналу и ориентироваться в пространстве	В задании «Перепрыгни через палки» упражнять детей в умении выполнять четыре прыжка слитно, приземляться на носки.
вторник	У.г.: «Цыплята» Пальчиковая гимнастика «Утята» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	Игра малой подвижности «Как у курочки-хохлатки» закреплять умение выполнять движения по показу.	
среда	В задании «Докати мяч до стены» (расстояние 4 м.) упражнять детей в умении сочетать небольшой замах с прокатыванием большого мяча (мяч не прыгает, а катится). У.г.: «Цыплята»	В п/и «Гуси в огороде» упражнять детей в ориентировке в пространстве и умении действовать по сигналу. В игре малой подвижности «Угадайка» закреплять умение ловить мяч двумя руками.	В упражнении «Веселая дорожка» закреплять умение перешагивать через десять гимнастических палок, сохраняя устойчивое равновесие. Выполнять шаги без остановок слитно.

четверг	Пальчиковая гимнастика «Утята» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Лохматый пес» закреплять умение бегать врассыпную, действовать по сигналу. В упражнении «Перепрыгни через ручеек» закреплять умение принимать и.п., приземляться одновременно на две ноги.	
пятница	В упражнении «Катание мяча в пара» закреплять умение энергично отталкивать мяч в определенном направлении (расстояние 3 м.). У.г.: «Цыплята» Пальчиковая гимнастика «Утята	В п/и «Наседка и цыплята» закреплять умение бегать в прямом направлении не наталкиваясь друг на друга.	Самостоятельные игры с мячом.

Декабрь – 3 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	В упражнении «Сбей кеглю» закреплять умение прокатывать большой мяч в определенном направлении (расстояние 1,5 м., 2 м., 3 м.). У.г.: «Зима пришла» Пальчиковая гимнастика «Мы считаем» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Мороз» закреплять умение действовать по сигналу и бегать врассыпную. Игра с речевым сопровождением «Здравствуй, зимушка-зима!» закреплять умение выполнять движения по показу.	В прыжках через валики (высота 15 см.) упражнять детей в принятии правильного и.п.
вторник			
среда	В упражнении «Лови-бросай» развивать у детей меткость, ловкость, быстроту реакции. У.г.: «Зима пришла»	В п/и «Зимний хоровод» упражнять детей выполнять движения по показу.	В упражнении «Проползи и прокати мяч головой» закреплять умение ползать по дорожке.

четверг	Пальчиковая гимнастика «Мы считаем» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Пятнашки» закреплять умение бегать враспынную не наталкиваясь друг на друга. В упражнении «Перепрыгни через ручеек» закреплять умение принимать и.п., приземляться одновременно на две ноги.	
пятница	В упражнении «Катание мяча в пара» закреплять умение энергично отталкивать мяч в определенном направлении (расстояние 3 м.). У.г.: «Зима пришла» Пальчиковая гимнастика «Мы считаем» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Цветные снежинки» закреплять умение быстро находить свое место. Самостоятельные игры с мячом.	В п/и «Пятнашки» развивать у детей ловкость, умение ориентироваться в пространстве, сохранять равновесие.

Декабрь – 4 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	В упражнении «Ёлочка» развивать у детей умение сохранять правильную осанку при ходьбе. У.г.: «Нам мороз нипочем»	В п/и «Встречные перебежки» упражнять детей в умении сохранять скорость бега и быстро изменять направление движения.	В упражнении «С кочки на очку» закреплять умение прыгать из обруча в обруч, сочетать направление, силу толчка и правильное приземление.
вторник	Пальчиковая гимнастика «Веселый оркестр» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	Игра с речевым сопровождением «Зимний хоровод» закреплять умение выполнять движения по показу.	

среда	В упражнении «Лови-бросай» закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой, ловить его, сочетая движения рук и ног. У.г.: «Нам мороз нипочем»	В п/и «Пятнашки» закреплять умение бегать врассыпную не наталкиваясь друг на друга. В упражнении «Перепрыгни через ручеек» закреплять умение принимать и.п., приземляться одновременно на две ноги. В п/и «Воздушный шар» закреплять умение повторять движения и действовать в соответствии с текстом.	В упражнении «Ходьба по кирпичикам» развивать функцию равновесия.
четверг	Пальчиковая гимнастика «Веселый оркестр» - развивать у детей мелкие мышцы рук.		
пятница	В упражнении «Достань до колокольчика» упражнять детей в умении регулировать силу толчка в прыжках в высоту на двух ногах. У.г.: «Зима пришла» Пальчиковая гимнастика «Мы считаем» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Цветные снежинки» закреплять умение быстро находить свое место. Игры по желанию детей.	В п/и «Куры в огороде» развивать у детей умение самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия.

Январь – 2 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	В задании «Попади мешочком в коробку» приучать детей регулировать силу броска в зависимости от расстояния (2, 2,5 м.).	В п/и «Найди свою скамеечку» упражнять детей в умении сохранять скорость бега и быстро изменять направление движения.	В упражнении «У кого ноги сами знают дорогу» развивать функцию равновесия при ходьбе по шнуру приставными шагами пятку к

вторник	У.г.: «На скамеечке с друзьями» Пальчиковая гимнастика «Стульчик» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	Игра с речевым сопровождением «Зимний хоровод» закреплять умение выполнять движения по показу.	носку.
среда	В упражнении «Ёлочки» развивать у детей умение сохранять правильную осанку при ходьбе и беге. У.г.: «На скамеечке с друзьями» Пальчиковая гимнастика «Стульчик» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Пятнашки» закреплять умение бегать врассыпную не наталкиваясь друг на друга. В упражнении «Перепрыгни через ручеек» закреплять умение принимать и.п., приземляться одновременно на две ноги. В п/и «Сторож и кролики» закреплять умение выполнять подлезание под шнур, не задевая его.	В упражнении «С кочки на кочку» упражнять детей в прыжках из обруча в обруч не останавливаясь не меньше четырех раз.
четверг			
пятница	В упражнении «Дельфинчик» закреплять умение выполнять подтягивание на руках, лежа на животе на гимнастической скамейке. У.г.: «На скамеечке с друзьями» Пальчиковая гимнастика «Стульчик» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Цветные снежинки» закреплять умение быстро находить свое место. Игры по желанию детей.	В п/и «Самый меткий» упражнять в умении прокатывать большой мяч в ворота двумя руками снизу, принимать правильное и.п. для ног.

Январь – 3 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	В упражнении «Извилистая полоса» развивать умение регулировать силу отталкивания при прокатывании мяча между ножками большого стула с	В п/и «Перелет птиц» упражнять детей в умении сохранять скорость бега и быстро изменять направление движения.	В упражнении «Перелететь с веточки на веточку» упражнять детей выполнять слитно 8 прыжков, приземляясь мягко на

вторник	расстояния 2,5 и 3 м. после прокатывания ребенок ползет, подлезает, догоняя мяч. У.г.: «Птички-невелички» Пальчиковая гимнастика «Птички» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	Игра с речевым сопровождением «Скок-поскок» закреплять умение выполнять движения по показу.	полусогнутые ноги.
среда	В упражнении «Лови-катай» развивать умение умело действовать с мячом, правильно ловить и придавать определенное направление при прокатывании.	В п/и «Коршун и воробьи» закреплять умение бегать врассыпную не наталкиваясь друг на друга, действовать по сигналу.	В п/и «Совушка» развивать координацию движений, умение сохранять равновесие.
четверг	У.г.: «Птички-невелички» Пальчиковая гимнастика «Птички» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В упражнении «Кто больше отобьёт мяч о пол?» закреплять умение согласовывать движения рук ног при отбивании мяча о пол.	
пятница	В упражнении «Подбрось-впоймай» приучать детей подбрасывать мяч невысоко перед собой, ловить, захватывая его с боков. У.г.: «Птички-невелички» Пальчиковая гимнастика «Птички» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Какая птица быстрее?» упражнять детей в умении готовиться к быстрому бегу, выполнять ускорение и торможение, сохраняя равновесие. Игры по желанию детей.	В задании «Будь внимателен» развивать у детей внимание к выполнению знакомых действий по слову.

Январь – 4 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
--------------------	-------------	-----------------	--------------

понедельник	Закреплять умение принимать правильное и.п. при метании мешочков в задании «Попади в мяч» (расстояние для метания 2м.).	В п/и «Кролики» упражнять детей в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Игра с речевым сопровождением «Куры в огороде» закреплять умение выполнять движения по показу.	В упражнении «Достань до колокольчика» закреплять умение лазать с использованием перекрестной координации при подъеме и спуске по гимнастической стенке.
вторник	У.г.: «Коровки и лошадки, свинки и козлятки» Пальчиковая гимнастика «Утята» - развивать у детей мелкие мышцы рук.		
среда	В упражнении «Лови-бросай» закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой, ловить его, сочетая движения рук и ног. У.г.: «Коровки и лошадки, свинки и козлятки»	В п/и «Куры в огороде» упражнять в умении готовиться к выполнению бега из положения стоя спиной к направлению движения и быстро выполнять разворот. В игре с речевым сопровождением «Жили у бабуси» закреплять умение выполнять движения в соответствии с текстом по показу педагога.	Упражнять детей пользоваться различными движениями для выполнения задания «Помоги мешочку добраться до дома»: ползание (мешочек на спине), перепрыгивание через ручеек (мешочек зажат между коленями), подлезание под стул (мешочек зажат между ступнями), перепрыгивание через забор из кубиков(мешочек зажат между ступнями), метение в коробку (дом мешочка).
четверг	Пальчиковая гимнастика «Утята» - развивать у детей мелкие мышцы рук.		
пятница	Упражнять детей в умении отбивать об пол большой мяч и ловить, захватывая его с боков, продолжать учить согласовывать движения рук и ног при отбивании и ловле мяча. У.г.: «Коровки и лошадки, свинки и козлятки» Пальчиковая гимнастика «Утята».	В п/и «Наседка и цыплята» закреплять умение регулировать силу толчка при спрыгивании со скамьи. Игры по желанию детей.	Упражнять детей в умении регулировать силу броска при выполнении заданий: перебрось мешочек через 1 большой мяч (расстояние 3 м.); через 2 мяча (расстояние 4 м.).

Февраль – 1 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по кирпичикам, размещенным по цепочке. У.г. «Мы собираемся гулять». Пальчиковая гимнастика «Очки» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Солнышко и дождик» упражнять в умении бегать в разных направлениях по всей площадке не наталкиваясь друг на друга, в умении действовать по сигналу.	Упражнять в умении планировать выполнение заданий в игре «Помоги мешочку добраться до дома». Развивать самостоятельность в использовании разученных движений.
вторник	Упражнять в умении сохранять равновесие при ходьбе по кирпичикам из строительного материала., положенном по прямой. У.г. «Мы собираемся гулять». Пальчиковая гимнастика «Очки» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Не попадись в мышеловку» упражнять детей в беге врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, в использовании ускорения, развивать смелость. В игре с речевым сопровождением «Мы собираемся гулять» продолжать учить детей выполнять движения по показу педагога, развивать внимание и мышечную память.	В задании «Помоги мешочку добраться до дома» продолжать учить детей планировать преодоление препятствий.
среда	Закреплять умение правильно принимать и.п. и мягко приземляться в прыжках в длину с места. У.г. «Мы собираемся гулять». Пальчиковая гимнастика «Очки» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Не попадись в мышеловку» упражнять детей в беге врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, в использовании ускорения, развивать смелость. В игре с речевым сопровождением «Маша вышла на прогулку» продолжать учить детей выполнять движения по показу педагога, развивать внимание и мышечную память.	Выполнение физических упражнений по желанию детей.
четверг	Упражнять детей в отбивании мяча об пол и ловле 8-10 раз подряд, согласуя движения рук и ног «Умелые, ловкие руки». У.г. «Мы собираемся гулять».	В п/и «Не попадись в мышеловку» упражнять детей в беге врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, в использовании ускорения, развивать смелость.	Упражнять детей в умении слитно выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед.
пятница	Пальчиковая гимнастика «Очки» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В игре с речевым сопровождением «Маша вышла на прогулку» продолжать учить детей выполнять движения по показу педагога, развивать внимание и мышечную память.	Упражнять в умении выполнять ползание, осторожно поворачивая при огибании предметов «Проползи, огибая кегли, и не урони».

Февраль – 2 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	Развивать умение сохранять равновесие в задании «Перенеси мешочек на голове по кочкам через болото У.г. «Красивые сапожки». Пальчиковая гимнастика «Веселый оркестр» (имитировать игру на разных музыкальных инструментах) - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Чок-чок, каблучок» упражнять в умении бегать в разных направлениях по всей площадке не наталкиваясь друг на друга, в умении действовать по сигналу.	Упражнять детей в умении принимать правильное и.п., выполнять замах при прокатывании теннисного мяча между ножками стула с расстояния 2,5 м правой рукой и 2 м. левой рукой.
вторник	Упражнять детей в умении сохранять равновесие при ходьбе по кирпичикам, расположенным ёлочкой. У.г. «Красивые сапожки».	В п/и «Ваня в валенках гулял» упражнять детей в прыжках на двух ногах с продвижением вперед и в беге врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, в использовании ускорения, развивать смелость. В игре с речевым сопровождением «У нас снежная зима» продолжать учить детей выполнять движения по показу педагога, развивать внимание и мышечную память.	
среда	Пальчиковая гимнастика «Веселый оркестр» (имитировать игру на разных музыкальных инструментах) - развивать у детей мелкие мышцы рук.		В задании «Через сколько мячей перебросишь мешочек?» упражнять детей в умении пользоваться замахом для увеличения силы броска, действовать по плану: прицелиться, замахнуться, бросить.
четверг	Упражнять детей в отбивании мяча об пол и ловле маленького мяча 8-10 раз подряд, согласуя движения рук и ног «Умелые, ловкие руки».	В п/и «Чок-чок, каблучок» упражнять в умении бегать в разных направлениях по всей площадке не наталкиваясь друг на друга, в умении действовать по сигналу. В игре с речевым сопровождением «На опушке» продолжать учить детей выставлять вперед попеременно левую и правую ногу на пятку.	Упражнять детей в умении слитно выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед.
пятница	У.г. «Мы собираемся гулять». Пальчиковая гимнастика «Очки» - развивать у детей мелкие мышцы рук.		Упражнять в умении выполнять ползание, осторожно поворачивая при огибании предметов «Проползи, огибая кегли, и не урони».

Февраль – 3 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	Развивать у детей выразительность в действиях, способствовать передавать в движениях характерные признаки поведения животных: прыгает заяц, прыгает лягушка, бегает лиса и т.д. У.г. «На прогулку мы идем». Пальчиковая гимнастика «Веселый оркестр» (имитировать игру на разных музыкальных инструментах) - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Цветные автомобили» упражнять детей в умении быстро начинать бег, принимая правильное положение, быстро выполнять разворот при начале бега из и.п., стоя спиной к направлению движения. В игре с речевым сопровождением «У нас снежная зима» продолжать учить детей выполнять движения по показу педагога, развивать внимание и мышечную память.	Упражнять детей в умении выполнять метание снизу одной рукой: принимать правильное и.п., прицеливание, замах, бросок в задании «Сбей кеглю».
вторник			
среда	Предложить изобразить в действиях различных сказочных героев, вспомнить сказки, где заяц трусливый, хитрый, смелый и т.д. привлечь внимание детей к движениям, передающим характерные признаки. Организовать задание в виде загадки: ребенок или взрослый изображает, дети отгадывают, а затем повторяют движения. У.г. «На прогулку мы идем». Пальчиковая гимнастика «Веселый оркестр» (имитировать игру на разных музыкальных инструментах) - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Кто быстрее пробежит к флажку?» упражнять детей в умении выполнять подлезание с ходу в естественных условиях. В игре с речевым сопровождением «На опушке» продолжать учить детей выставлять в вперед попеременно левую и правую ногу на пятку.	Упражнять в умении сохранять правильную осанку при прохождении между шнурами в задании «Перенеси мешочек на другой берег» (расстояние между шнурами 10 см.).
четверг			
пятница	У.г. «На прогулку мы идем». Пальчиковая гимнастика «Веселый оркестр» (имитировать игру на разных музыкальных инструментах) - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Цветные автомобили» развивать способность быстро реагировать на встречающиеся препятствия, использовать все пространство площадки, быстро ориентироваться при возвращении в свой гараж.	Упражнять детей в умении пользоваться разными движениями для выполнения заданий: перенеси мешочек в дом.

Февраль – 4 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	Повести игру «Покажи красивую осанку». Побеседовать с детьми о том, почему нужно ходить с прямой спиной, сидеть за столом правильно, как держать спину, плечи. Предложить показать правильную осанку. У.г. «Хоть зима и хороша, в дверь стучит уже весна». Пальчиковая гимнастика «Птички» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Наседка и цыплята» упражнять детей в умении пользоваться мягким прыгиванием в естественных условиях с высоты 20 см. развивать способность выполнять подлезание на ступнях без опоры на руки быстро, с ходу. В игре с речевым сопровождением «Весна на пороге» продолжать учить детей выполнять движения по показу педагога, развивать внимание и мышечную память.	В п/и «Чья команда быстрее?» упражнять детей в быстром беге с ускорением.
вторник	Развивать функцию равновесия и умение через шаги узнавать геометрическую фигуру, считая количество шагов до поворота. У.г. «Хоть зима и хороша, в дверь стучит уже весна». Пальчиковая гимнастика «Птички» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Дорожка препятствий» упражнять детей в умении выполнять цепь движений: бег 10 м., метание вдаль, прыжки из обруча в обруч. В игре с речевым сопровождением «Весна на пороге» продолжать учить детей выполнять движения по показу педагога, развивать внимание и мышечную память.	В п/и «Чья команда быстрее?» упражнять детей в быстром беге с ускорением.
среда	В упражнении «Закати мяч головой в ворота» (ползание на ладонях и коленях) упражнять детей в использовании перекрестной координации. У.г. «Хоть зима и хороша, в дверь стучит уже весна». Пальчиковая гимнастика «Птички» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Кто быстрее пробежит к флажку?» упражнять детей в умении выполнять подлезание с ходу в естественных условиях. В игре с речевым сопровождением «Весна на пороге» продолжать учить детей выполнять движения по показу педагога, развивать внимание и мышечную память.	Упражнять в умении сохранять правильную осанку при прохождении между шнурами в задании «Перенеси мешочек на другой берег» (расстояние между шнурами 10 см.).
четверг	У.г. «Хоть зима и хороша, в дверь стучит уже весна». Пальчиковая гимнастика «Птички» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	Подвижные игры по желанию детей	В упражнении «Кто дальше» упражнять детей в метании набивного мяча вдаль из-за головы двумя руками.

пятница	Гимнастика для глаз. У.г. «Хоть зима и хороша, в дверь стучит уже весна». Пальчиковая гимнастика «Птички» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Коршун и наседка» развивать ловкость, увертливость. Метание в движущуюся цель: развивать глазомер, умение регулировать силу броска.	Упражнять детей в умении пользоваться разными движениями для выполнения заданий: перенеси мешочек в дом.
----------------	---	---	--

Март – 1 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понеделник	В задании «Пройди по дорожке 920 см.)» упражнять детей в ходьбе приставным шагом пятку к носку по доске. У.г. «Очень маму я люблю». Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик ...» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Самолёты» закреплять умение реагировать на сигналы во время бега, ориентироваться в пространстве. В упражнении «Самый ловкий» закреплять умение переходить от бега к подлезанию на ступнях без помощи рук под шнур, натянутый на высоте 70 см.	В задании «Отбей мяч о пол» упражнять детей в умении бросать мяч перед собой и ловить его после отскока. В п/и «Чья команда быстрее?» упражнять детей в быстром беге с ускорением.
вторник			
среда	В упражнении «Сбей забор» закреплять выполнение прокатывания малого мяча с принятием правильного и.п. для ног. Забор дети строят сами, используя строительный материал. У.г. «Очень маму я люблю». Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик ...» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Лиса и гуси» закреплять умение выполнять подлезание под шнур, натянутый на высоте 70 см., на ступнях без помощи рук в момент погони. В игре с речевым сопровождением «Найди платок» продолжать учить детей выполнять движения по показу педагога, развивать внимание и мышечную память.	В прыжках из обруча в бруч закреплять умение принимать правильное и.п. и мягко приземляться. В упражнении «Кто дальше» упражнять детей в метании мяча вдаль из-за головы двумя руками.
четверг		Подвижные игры по желанию детей.	

пятница	Упражнения для укрепления свода стопы: «Подними ватный мячик двумя ногами», «Покатай карандаш». У.г. «Очень маму я люблю». Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик ...» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Зайцы и волк» закреплять умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед и приземлением на переднюю часть стопы. Метание в движущуюся цель: развивать глазомер, умение регулировать силу броска.	Действия с обручем: запрыгнуть в обруч, выпрыгнуть из обруча, пролезть в обруч разными способами.
---------	--	---	--

Март – 2 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	В упражнении «Самый меткий» закреплять умение выполнять броски одной рукой снизу с расстояния 2 м. в корзину, принимая правильное и.п. У.г. «Дружная семья»». Пальчиковая гимнастика «Моя семья» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Зайцы и волк» закреплять умение выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, действовать по сигналу. В игре с речевым сопровождением «Кто живет у нас в квартире?» продолжать учить детей выполнять движения по показу педагога, развивать внимание и мышечную память.	В задании «Поймай мяч» упражнять детей в умении ловить большой мяч, брошенный взрослым.
вторник			
среда	В упражнении «Играй в мяч» закреплять умение отбивать большой мяч о пол, ловить его, захватывая с боков. У.г. «Дружная семья»». Пальчиковая гимнастика «Моя семья» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Конники» закреплять умение бегать парами в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга. В игре с речевым сопровождением «Кто живет у нас в квартире?» продолжать учить детей выполнять движения по показу педагога, развивать внимание и мышечную память. Подвижные игры по желанию детей.	В прыжках из обруча в бруч закреплять умение принимать правильное и.п. и мягко приземляться. В упражнении «Кто дальше» упражнять детей в метании мяча вдаль из-за головы двумя руками.
четверг			

пятница	Ходьба приставным шагом пятка к носку по шнуру – развивать у детей равновесие. У.г. «Дружная семья»». Пальчиковая гимнастика «Моя семья» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Цветные автомобили» закреплять умение бегать быстро, не наталкиваясь друг на друга. Метание в движущуюся цель: развивать глазомер, умение регулировать силу броска.	Самостоятельные игры с большими мячами.
----------------	--	--	---

Март – 3 неделя

день недели	утро	прогулка	вечер
понедельник	В упражнении «Ходьба по наклонной доске» развивать у детей функцию равновесия. Привлечь внимание детей к к положению головы при спуске. У.г. «Мы - сильные»». Пальчиковая гимнастика «Шалун» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Цветные автомобили» закреплять умение ориентироваться в пространстве, бегать быстро. В упражнении»Пробеги, не задень» закреплять умение переходить от бега ккподлезанию на ступнях без помощи рук под шнур, натянутый на высоте 70 см. В игре с речевым сопровождением «Оладушки» продолжать учить детей выполнять движения по показу педагога, развивать внимание и мышечную память.	В отбивании большого мяча о пол закреплять умение после отскока ловить мяч, захватывая его с боков, регулировать силу отталкивания.
вторник			
среда	В задании «Угадай, кто пришел» развивать умение подражать движениям животных.	В п/и «Найди свой цвет» закреплять умение ориентироваться в пространстве, бегатьврассыпную, не наталкиваясь друг	В лазанье по гимнастической стенке оценивать умение ставить

четверг	У.г. «Мы - сильные». Пальчиковая гимнастика «Шалун» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	на друга, быстро ориентироваться в пространстве. В игре с речевым сопровождением «Мыши в кладовой» продолжать учить детей выполнять движения по показу педагога, развивать внимание и мышечную память. Подвижные игры по желанию детей.	ногу на середину стопы, правильно захватывать рейки руками. Самостоятельные игры с большим мячом.
пятница	В упражнении «Угадай, кто пришел» развивать умение подражать движениям животных. У.г. «Мы - сильные»». Пальчиковая гимнастика «Шалун» - развивать у детей мелкие мышцы рук.	В п/и «Самолётики и тучки» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, быстро ориентироваться в пространстве.	Действия с обручами: ходьба из обруча в обруч, бег между обручами, прыжки, пролезание.

Библиографический список

1. «Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях: проблемы и пути оптимизации» Т.И.Оверчук – М: Издательство ГНОМ и Д, 2001г.
2. Программно-методическое пособие «Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст)» В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров – М: ЛИНКА-ПРЕСС, 2000 г.
3. Пособие для практикующих работников дошкольных образовательных учреждений «Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с задержкой психического развития» Е.М.Мастюковой – М: АРКТИ, 2002 г.
4. Пособие для педагогов «Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников» Л.П.Савина – М: ООО «Фирма Издательства АСТ, 1999 г.
5. Пособие для практических работников детских садов «Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей средней логопедической группы» Ю.А.Кириллова – СПб: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005 г.