Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 5» г. Черняховска

Утверждено
приказом заведующего
МАДОУ «Детский сад
комбинированного вида 5» г. Черняховска
В.А.Ковалева
от 31 августа 2021 г.№84-ОД

Рабочая программа

по образовательной области «Физическое развитие»
(физическая культура)

детей группы компенсирующей направленности обучения

Разработала:
инструктор по физической культуре
Красникова Д.С.

г. Черняховск
2021 г.

1.Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа разработана на основе ООП МАДОУ „Детский сад комбинированного вида №5» г.Черняховска , с учетом примерной основной образовательной программы дошкольного образования «Детство» / Под ред. Т. И. Бабаевой, А.Г.Гогоберидзе, О.В.Солнцевой, парциальной программой «Программа развития двигательной активности и оздоровительной работы с детьми 4-7 лет» В.Т.Кудрявцева, в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Данная Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
-«Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения,отдыха и оздоровления детей и молодежи»2.4.3648-20;

Письмо Министерства образования и науки РФ департамента государственной политики в сфере образования от 28 октября 2015г. №08-1786 «О рабочих программах»;

- Устав МАДОУ «Детский сад комбинированного вида №5» г.Черняховска.

При разработке программы учитывалась специфика контингента детей группы. Программа составлена с учетом специфических особенностей моторно-двигательного, эмоционального, сенсорного, умственного, речевого, эстетического и социально-личностного развития ребенка с ЗПР; ведущих мотивов и потребностей ребенка; характера ведущей деятельности; типа общения и его мотивов; социальной ситуации развития ребенка.

В данной рабочей программе учитывалась специфика контингента детей группы, 5-6 лет, 6-7 лет. Программа составлена с учетом специфических особенностей моторно-двигательного, эмоционального, сенсорного, умственного, речевого, эстетического и социально-личностного развития ребенка с ЗПР; ведущих мотивов и потребностей ребенка; характера ведущей деятельности; типа общения и его мотивов; социальной ситуации развития ребенка.

Представлены требования к уровню освоения программы, рассчитан объем образовательной нагрузки и виды образовательной работы, обозначены успешные условия реализации программы . Время проведения НОД 25-30 минут.

Учебный план:	в неделю	в месяц	год
Физическая культура	3	12	108

Цель программы: создание условий для развития дошкольников с задержкой психического развития в возрасте 4 – 7 лет, их позитивной социализации, личностного развития, развития творческих и интеллектуальных способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками в соответствующих возрасту видах деятельности.

Задачи реализации образовательной деятельной:

1. Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей.

2. Обеспечение познавательного, социально – коммуникативного, речевого, художественно – эстетического и физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья.

3. Воспитание с учетом возрастных категорий и с учетом психофизиологических особенностей детей, гражданственности, уважения к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье.

4. Осуществление необходимой коррекции недостатков в физическом и психическом развитии детей.

5. Взаимодействие с семьями воспитанников для обеспечения полноценного и всестороннего развития детей.

6. Оказание консультативной помощи родителям (законным представителям) по вопросам воспитания, обучения и развития детей.

Задачи коррекционно-развивающей работы средний дошкольный возраст:

— поддерживать у детей интерес к движениям и желание самостоятельно их выполнить;

— развивать у детей соответствующую их индивидуально- типологическим особенностям динамическую и зрительно- моторную координацию;

— создавать условия для физической активности детей в подвижных играх с использованием физкультурного оборудования;

— развивать у детей двигательную память и зрительное внимание в процессе выполнения двигательных цепочек из трех-пяти элементов;

— формировать у детей навык владения телом в пространстве и сохранения равновесия;

— развивать одновременность и согласованность движений детей; ___

— стимулировать детей к выполнению разноименных разнонаправленных движений;

— учить детей самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры;

— учить детей выполнять повороты в сторону;

— развивать способность детей выполнять общеразвивающие упражнения в заданном темпе;

— учить детей соблюдать заданное направление, выполнять упражнения с напряжением (не сгибать руки в локтях, ноги в коленях);

— учить детей сохранять правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, средний, медленный);

— учить детей выполнять разные виды бега, быть ведущим в колонне; при беге парами согласовывать свои движения с движениями партнера;

— учить детей энергично отталкиваться для прыжка, мягко приземляться с сохранением равновесия;

— продолжать учить детей ловить мяч (расстояние 1,5 *м),* отбивать его от пола до пяти раз подряд;

— учить детей принимать исходное положение при метании;

— продолжать учить детей ползать разными способами;

— формировать умения детей лазать по гимнастической (веревочной, каркасной веревочной) лестнице;

— развивать ритмичность, пластичность и выразительность движений детей в соответствии с. вербальным и невербальным образом;

— продолжать учить детей выполнять движения с речевым и музыкальным сопровождением (по образцу);

— воспитывать у детей стремление действовать по правилам, соблюдая их на протяжении подвижной игры, эстафеты, общеразвивающих упражнений.

Задачи коррекционно-развивающей работы старший дошкольный возраст:

— формировать у детей устойчивый навык к произволь¬ному мышечному напряжению и расслаблению;

— развивать точность произвольных движений, учить де¬тей переключаться с одного движения на другое;

— учить детей выполнять упражнения по словесной ин¬струкции взрослых;

— закреплять навыки самоконтроля в процессе мышеч¬ного и эмоционального расслабления;

— воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах движений;

— развивать у детей двигательную память, выполняя дви¬гательные цепочки из четырех-шести действий;

— развивать слухо-моторную и зрительно-моторную ко¬ординацию движений, соответствующую возрасту детей;

— развивать у детей навыки пространственной организа¬ции движений;

— совершенствовать умения и навыки одновременного выполнения детьми согласованных движений, а также на¬выки разноименных и разнонаправленных движений;

— учить детей самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры;

— формировать у детей навыки контроля динамического и статического равновесия;

— учить детей сохранять заданный темп во время ходь¬бы (быстрый, средний, медленный);

— учить детей выполнять разные виды бега, быть веду¬щим в колонне, при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера;

— учить детей прыжкам: энергично отталкиваться и мяг¬ко приземляться с сохранением равновесия;

— учить детей ловить мяч (расстояние до 3 м), отбивать его от пола не менее шести-семи раз подряд;

— учить детей принимать исходное положение при ме¬тании, осуществлять энергичный толчок кистью и т. п.;

— формировать у детей умения лазать по гимнастической лестнице, перелезать с пролета на пролет по диагонали, соблюдая ритмичность при подъеме и спуске;

— продолжать учить детей самостоятельно организовы¬вать подвижные игры, предлагать свои игры, варианты игр, комбинации движений;

— закреплять у детей умения анализировать свои дви¬жения, движения сверстников, осуществлять элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений;

— развивать творчество и инициативу детей, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений;

— учить детей подвижным играм со сложными правила¬ми, эстафетам, играм со спортивными элементами;

— уточнять и закреплять значения слов, отражающих пространственные отношения, обозначающих названия дви¬жений, спортивного инвентаря, спортивных игр и т. д.

Характеристика особенностей развития детей среднего дошкольного возраста

(4 -5 лет)

Физические возможности детей: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. В средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, насытить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми.

Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического

развития, но и способом психологической разгрузки детей среднего дошкольного возраста, которых отличает довольно высокая возбудимость.
На пятом году жизни активно проявляется стремление детей к общению со сверстниками. Их речевые контакты становятся более длительными и активными.
Развивающееся мышление ребенка, способность устанавливать простейшие связи и отношения между объектами пробуждают интерес к окружающему миру.
Дошкольник пятого года жизни отличается высокой активностью. Это создает новые возможности для развития самостоятельности во всех сферах его жизни. Развитию самостоятельности в познании способствует освоение детьми системы разнообразных обследовательских действий, приемов простейшего анализа, сравнения. В течение пятого года жизни воспитатель становится свидетелем разных темпов развития детей: одни дольше сохраняют свойства, характерные для младшего возраста, перестройка их поведения и деятельности как бы замедляется, другие, наоборот, «взрослеют» быстрее и уже со второй половины среднего дошкольного возраста начинают отчетливо проявлять черты более старшей возрастной ступени.
У детей средней группы ярко проявляется интерес к игре. Игра продолжает оставаться основной формой организации их жизни. Значительное время отводится для свободных игр по выбору детей.
В силу особенностей мышления среднего дошкольника, предпочтение отдается наглядным, игровым и практическим методам обучения, словесные методы сопровождаются разнообразными формами наглядности и практической деятельностью детей. Целесообразно проведение занятий по подгруппам.
У детей средней группы наблюдается пробуждение интереса к правилам поведения.
Дети среднего дошкольного возраста отличаются высокой эмоциональностью, ярко и непосредственно выражают свои чувства.
Основа правильного воспитания и полноценного развития детей в средней группе детского сада - развитие творческих способностей.

Характеристика особенностей развития детей старшего дошкольного возраста

(5 -6 лет)

Действия детей в играх становятся более разнообразными. Дети уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровые действия детей становятся разнообразными. Интенсивно начинают развиваться память, воображение, мышление, речь, восприятие и т.д. К пятилетнему возрасту все психические процессы у детей активно развиваются и начинают приобретать произвольный характер. При общении ребенок обращает внимание на нравственные качества и черты характера сверстников, совершенствуется эмоционально - личностная сфера. Игры становятся более сложными. Ведущий тип деятельности в этом возрасте – игра, поэтому все занятия насыщены играми, присутствуют персонажи и соблюдается игровой сюжет и мотивация. У детей наблюдается активное развитие всех психических процессов, свойств и состояний (восприятие, внимание, мышление, память, воображение, речь, эмоции). В развивающих играх даются задания на развитие наглядно-образного и словесно-логического мышления (разрезные картинки, сюжетные картинки), эмоциональной сферы (расширение представлений об эмоциях: радость, грусть, злость, удивление, страх, спокойствие), памяти, внимания, воображения, пространственной ориентировки (графические диктанты, рисунки по клеточкам) и саморегуляции.

2. Планируемые результаты освоения Программы.

Планируемые результаты освоения Программы конкретизируют требования Стандарта к целевым ориентирам в обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, с учетом возрастных возможностей и индивидуальных различий (индивидуальных траекторий развития) детей.
Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценки, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга) , и не являются основанием для формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Достижения ребенка (Что нас радует)

- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве,
- Хорошо развита крупная и мелкая моторика рук.
- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с
- различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.
- Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности:
- видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений,
- Передает образы персонажей в подвижных играх.
- С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы.
- Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.
- Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.
- Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей, если:

- Ребенок допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает Двигательный опыт (объем основных движений) беден.
  заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа воспитателя. Затрудняется внимательно воспринять показ педагога, самостоятельно выполнить физическое упражнение.
- Нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует.
- Движения недостаточно координированы, быстры, плохо развита крупная и мелкая моторика рук.

- Испытывает затруднения при выполнении скоростно-силовых, силовых упражнений и упражнений, требующих проявления выносливости, гибкости.
- Интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями нестойкий. Потребность в двигательной активности выражена слабо.
- Не проявляет настойчивость для достижения хорошего результата при выполнении физических упражнений. Не переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- У ребенка наблюдается ситуативный интерес к правилам здорового образа жизни и их выполнению.
- Затрудняется ответить на вопрос взрослого, как он себя чувствует,не заболел ли он, что болит.
- Испытывает затруднения в выполнении процессов личной гигиены. Готов совершать данные действия только при помощи и по инициативе взрослого.
- Затрудняется в угрожающих здоровью ситуациях

Содержание и формы коррекционно-развивающей работы (средний возраст)

Содержание и формы	Первый период	Второй период	Третий период
Построения и перестроения.	*Учим детей строиться в шеренгу по росту и перестраиваться в колонну.	*Учим детей строиться в шеренгу по росту и перестраиваться в колонну, а затем из колонны по одному в колонну по двое.	*Учим детей строиться в шеренгу по росту и перестраиваться в колонну, а затем из колонны по одному в колонну по двое. Учим детей поворотам (направо, налево, кругом), переступая на месте.
Ходьба и упражнения в равновесии.	*Развиваем у детей навыки обычной ходьбы, ходьбы на носках, учим детей ходьбе с заданиями: руки на поясе, к плечам, в стороны и т. д. *Учим детей ходить по дорожкам, приподнятым над полом (по игровой дорожке и др.). *Продолжаем развивать умения детей ходить по кругу (хороводные игры). *Продолжаем учить детей движениям под музыку, движениям с прихлопыванием и проговариванием слов, коротких стишков.	*Продолжаем развивать у детей навыки обычной ходьбы, ходьбы на носках, ходьбы с заданиями (руки на поясе, к плечам, в стороны), учим детей ходьбе на пятках, в полуприседе. *Учим детей ходьбе с перешагиванием через предметы (высота 15—20 *см),* по наклонной доске (высота наклона 30 *см,* ширина доски 25 см), с предметами в руках, на голове, без предметов, спиной вперед (2—3 *м),* «змейкой», со сменой темпа, приставным шагом по шнуру, «Змейке», по детской сенсорной дорожке, с утяжелителями в руках (в руке). *Развиваем у детей умения ходить по дорожкам, приподнятым над полом (по игровой дорожке и др.), по разным дорожкам, выложенным из веревки, ленточек, ковролина, мягких модулей и другого материала, с изменением темпа движения (быстро, медленно). *Продолжаем развивать умения детей ходить по кругу (хороводные игры) *Продолжаем учить детей движениям под музыку, движениям с прихлопыванием и	*Продолжаем развивать у детей навыки обычной ходьбы, ходьбы на носках, на пятках, в полуприседе, с поворотами, ходьбы с заданиями. *Продолжаем учить детей ходьбе с перешагиванием через предметы, по наклонной доске, с предметами в руках, на голове, без предметов, спиной вперед, «змейкой» со сменой темпа, приставным шагом по шнуру, по «Змейке», с утяжелителями в руках (в руке) *Продолжаем развивать у детей умения ходить по дорожкам, приподнятым над полом (по игровой дорожке, по дорожке здоровья и др.)» по дорожкам, выложенным из веревки, ленточек, ковролина, мягких модулей и другого материала (с изменением темпа движения — быстро, медленно). *Разнообразим хороводные игры для формирования у детей умения ходить по сигналу по кругу. *Продолжаем учить детей движениям под музыку, движениям с

		проговариванием слов, коротких стишков.	прихлопыванием и проговариванием слов, коротких стишков.
Бег	*Учим детей бегать в колонне по одному, змейкой между предметами за взрослым, между линиями, между цилиндрами, между мягкими модулями и т. п. *Учим детей бегу: — на носках; — в медленном и среднем темпе; — по дорожке, приподнятой над полом	*Продолжаем учить детей бегу: — в колонне по одному (добавляем бег парами), змейкой между предметами за взрослым, между линиями, между мягкими модулями; — на носках; — в медленном и среднем темпе; — по дорожке, приподнятой над полом	*Продолжаем учить детей бегу: — в колонне по одному и парами, змейкой между предметами, между линиями, между мягкими модулями и т. п.; — в медленном и среднем темпе; — на носках. *Вводим бег на скорость, бег с ускорением и замедлением (с изменением) темпа. *Учим детей разнообразным видам бега со сменой ведущего, челночному бегу (по ориентирам или за взрослым).
Прыжки	*Учим детей прыжкам: — на двух ногах: ноги вместе — ноги врозь, руки на поясе; — с продвижением вперед (3—4 *м);* — в длину с места (50 *см),* в высоту (15—20 *см)* с места; на мячах и игрушках-прыгунах (надувной гимнастический мяч) *Учим детей подпрыгивать на надувном шаре (фитболе) (со страховкой).	*Учим детей прыжкам: — на двух ногах (с поворотом кругом со сменой ног), ноги вместе — ноги врозь, с хлопками над головой, за спиной; — с продвижением вперед (3—4 *м),* вперед — назад, с поворотами; — с высоты 25 *см;* — через два-три предмета высотой 5—10 *см;* — в длину с места (50 *см),* в высоту (15—20 *см)* с места; *Проводим игры на мячах-хопах (фитбол).	*Продолжаем учить детей прыжкам: на двух ногах (с поворотом кругом со сменой ног), ноги вместе — ноги врозь, с хлопками над головой, за спиной; *Учим детей прыжкам: — с продвижением вперед (3—4 *м),* вперед — назад, с поворотами, боком (вправо — влево); — с высоты 25 *см;* — через два-три предмета высотой 5—10 *см;* — в длину с места (50 *см),* в высоту (15—20 *см)* с места; *Продолжаем игры на мячах-хопах (фитбол).
Катание, бросание, ловля округлых	*Учим детей прокатывать мяч, обруч из разных исходных	*Продолжаем учить детей прокатывать мяч, обруч из разных исходных позиций	*Продолжаем учить детей прокатывать мяч, обруч из разных исходных

предметов.	позиций двумя руками друг другу; бросать и ловить мяч (два-три раза), бросать мяч друг другу, бросать мяч вверх. *Учим детей метать мячи малого размера в вертикальную (1,5—2 м) *и* горизонтальную цель (расстояние 2—2,5 *м).*	двумя руками друг другу; бросать и ловить мяч (два-три раза), бросать мяч друг другу, бросать мяч вверх. *Учим детей отбивать мяч от пола (два-три раза подряд); метать мячи малого размера в вертикальную (1,5—2 *м)* и горизонтальную цель (расстояние 2—2,5 *м).*	позиций двумя руками друг другу; бросать и ловить мяч (два-три раза), бросать мяч друг другу, бросать мяч вверх, отбивать мяч от пола (четыре-пять раз подряд). *Продолжаем учить детей метать мячи малого размера в вертикальную (1,5—2 *м)* и горизонтальную цель (расстояние 2—2,5 *м).*
Ползание и лазанье.	*Учим детей ползать на четвереньках по прямой линии, в разных направлениях между предметами, с поворотом кругом. *Совершенствуем навыки детей, сформированные на первом этапе: проползание на четвереньках и на животе под дугой, рейкой, воротиками из мягких модулей и т. п. *Проводим упражнения на следочках от рук и цыпочек (движение на четвереньках) на коврике со следочками и подобных ему ковриках. *Проводим упражнения на координацию движений рук и ног в положении лежа (плаваем). *В играх и упражнениях закрепляем навыки бега, прыжков, ползания и лазания, бросания и ловли мяча, ориентировки в пространстве.	*Продолжаем учить детей ползать на четвереньках по прямой линии, в разных направлениях между предметами, прокатывая мяч, с поворотом кругом. *Совершенствуем усвоенные детьми навыки: проползание на четвереньках и на животе под дугой, рейкой, воротика- ми из мягких модулей и т. п. *Развиваем умения детей ползать на четвереньках и на животе по дорожке с последующим перелезанием через невысокие препятствия (конструкции из мягких модулей и др.). Продолжаем упражнения на следочках от рук и цыпочек (движение на четвереньках) на коврике со следочками и подобных ему. *Вводим лазанье по гимнастической лестнице.	*Продолжаем учить детей ползать на четвереньках по прямой линии, в разных направлениях между предметами, прокатывая мяч, с поворотом кругом. *Учим детей ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках к предметной цели, подлезать по скамейку. *Развиваем умения детей ползать на четвереньках и на животе по дорожке с последующим перелезанием через невысокие препятствия (конструкции из мягких модулей и др.). Продолжаем упражнения на следочках от рук и цыпочек (движение на четвереньках) на коврике со следочками и подобных ему. *Продолжаем лазанье по гимнастической лестнице.
Подготовка к	-	*Продолжаем упражнения на	*Продолжаем упражнения на

спортивным играм		координацию движений рук и ног в положении лежа (плаваем). *Продолжаем закаливающие процедуры. Вводим босохождение по соляной дорожке и т.п. *В играх и упражнениях закрепляем навыки бега, прыжков, ползания и лазания, бросания и ловли мяча, ориентировки в пространстве. *Игры зимой на улице. Учим детей подниматься с санками на горку, скатываться с нее, тормозить при спуске. *Учим катать на санках друг друга, скользить по ледяным дорожкам самостоятельно и с незначительной страховкой взрослым.	координацию движений рук и ног в положении лежа (плаваем). *Продолжаем босохождение по соляным дорожкам и другие закаливающие процедуры. *В играх и упражнениях закрепляем навыки бега, прыжков, ползания и лазания, бросания и ловли мяча, ориентировки в пространстве.

На формирование свода стопы и укрепление ее связочно - мышечного аппарата	«Кач-кач», «Играем в мяч сидя», «Сидя по-турецки», «Птички» и др.

Содержание и формы коррекционно – развивающей работы (старший возраст)

Содержание и формы	Первый период	Второй период	Третий период
Построения и перестроения.	*Продолжаем закреплять навыки детей самостоятельно или с незначительной организующей помощью взрослого осуществлять построения в колонну по одному и парами, в круг. *Учим детей самостоятельно равняться при построении. *Формируем умения детей осуществлять повороты на 90° и	*Продолжаем обучать детей равнению при построении. Учим их перестраиваться из одной колонны в несколько (на ходу) или из одного круга в несколько кругов (с незначительной организующей помощью взрослого). *Закрепляем умения детей выполнять повороты, стоя в колонне, в кругу, в шеренге на 90° и 180° (влево и вправо). Уточняем особенности выполнения	*Закрепляем у детей навыки построений и перестроений, сформированные ранее. *Учим детей рассчитываться на «первый-второй», после чего перестраиваться из одной шеренги в две. *Ходьба и упражнения в равновесии. Продолжаем учить детей ходить в разных построениях по полу и по

	180° (влево и вправо), стоя в колонне, в кругу, в шеренге, повороты в углах зала (площадки) во время движения, ориентируясь на пространство помещения (площадки).	поворотов в углах зала (площадки).	опорам, приподнятым над полом, в быстром и медленном темпе (ориентируясь на различные сигналы). *Закрепляем навыки одновременного окончания ходьбы.
Ходьба и упражнения в равновесии.	*Продолжаем совершенствовать навыки ходьбы: — гимнастическим, приставным шагом, в полуприседе и приседе; — в разных построениях (в колонне по одному, парами, по кругу) с различными движениями руками; — с перешагиванием через предметы, по наклонной доске, с предметами в руках, на голове, без предметов; — с утяжелителями на голове, в руках (в руке). *Учим детей ходить скрестным шагом, «змейкой» со сменой темпа. *Обращаем внимание детей на необходимость ориентироваться на изменение темпа движения (быстро, медленно) по словесной инструкции, по звучанию музыкальных произведений. *Закрепляем умения детей передвигаться по дорожкам, выполненным из материалов	*Продолжаем занятия с детьми ходьбой, совершенствуя знакомые действия и формируя новые: — ходьба в колонне по одному, парами, по кругу с различными движениями руками; — ходьба обычным, гимнастическим, приставным шагом, выпадами, в полуприседе и приседе, «змейкой» со сменой темпа; — ходьба приставным шагом в сторону на пятках, приставным шагом с приседанием, с перешагиванием через предметы, по наклонной доске, с предметами в руках, на голове, без предметов; — ходьба приставным шагом по шнуру; — ходьба с утяжелителями на голове, в руках (в руке); — ходьба на полной стопе, на носках по коврикам и дорожкам со специальным покрытием и ориентирами: по толстой веревке, ленточкам, мягким модулям (с изменением темпа движения — быстро, медленно). *Фиксируем внимание детей на одновременном окончании ходьбы под	*Продолжаем формировать и закреплять у детей навыки бега: — с ускорением и замедлением (с изменением темпа); — челночный бег и бег на носках; — бег из разных стартовых позиций; — бег в сочетании с движениями с мячом, со скакалкой; — бег разными способами через препятствия. *Учим детей бегу наперегонки, на скорость (до 30 *м).*

	разной фактуры (коврикам, толстым веревкам), по опорам, приподнятым над полом. *Добиваемся, чтобы дети заканчивали ходьбу одновременно.	различные сигналы. *Совершенствуем движения детей под музыку в соответствии с заданным темпом и ритмом, с прихлопыванием и проговариванием слов, коротких стишков и т. п.	
Бег	*Продолжаем совершенствовать у детей навыки бега в колонне по одному и парами, «змейкой» между предметами, между линиями, между ориентирами и т. п. Учим детей выполнять упражнения в беге легко, стремительно. *Формируем умения бегать с преодолением препятствий (барьеры, мягкие модули — цилиндры, кубы и др.), не задевая них, сохраняя скорость. *Стимулируем желание детей бегать с преодолением препятствий в естественных условиях. *Вводим упражнения на чередование бега с ходьбой, прыжками, подлезанием. *Формируем умения детей сочетать бег с движениями с мячом.	*Продолжаем формировать у детей навыки бега *Учим детей бегать с ускорением и замедлением (с изменением темпа). Вводим в занятия челночный бег и бег на носках. Объясняем детям элементарные правила бега из разных стартовых позиций. *Учим детей бегать на расстояние до 10 *м* широким шагом. Развиваем способности детей сочетать бег с движениями с мячом, со скакалкой. *Совершенствуем навыки бега на месте.	*Закрепляем навыки выполнения различных прыжков, увеличиваем серии (по 30— 40 прыжков) до трех-четырех. *Учим детей: — прыгать боком с зажатыми между ногами мешочками с наполнителем, «блинчиками» с наполнителем и т. д.; — прыгать на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением вперед; — вспрыгивать с разбега в три шага на предмет высотой до 40 *см* и спрыгивать с него; — прыгать через короткую скакалку разными способами: на двух ногах, на одной ноге, с ноги на ногу; — прыгать через большой обруч, как через скакалку.
Прыжки	*Учим детей прыжкам со смещением ног вправо — влево (сериями по 10—20 прыжков один-два раза), прыжкам с	*Продолжаем работу, начатую в первый период. *Учим детей следующим движениям: — выпрыгивать вверх из глубокого	*Закрепляем навыки выполнения различных прыжков, увеличиваем серии (по 30— 40 прыжков) до трех-четырех.

	продвижением вперед на 5—6 *м,* перепрыгиванию через линии, веревки. *Формируем умения детей прыгать через препятствия: мягкие модули (цилиндры, бруски, кубы и др.). *Продолжаем совершенствовать навыки прыжков на мячах-хопах.	приседа; — подпрыгивать на месте и с разбега, чтобы достать предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 20— 25 *см;* — прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега; — перепрыгивать на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением вперед; — вспрыгивать с разбега в три шага на предмет высотой до 30 *см,* спрыгивать с него; — прыгать через короткую скакалку разными способами: на двух ногах, на одной ноге, с ноги на ногу.	*Учим детей: — прыгать боком с зажатыми между ногами мешочками с наполнителем, «блинчиками» с наполнителем и т. д.; — прыгать на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением вперед; — вспрыгивать с разбега в три шага на предмет высотой до 40 *см* и спрыгивать с него; — прыгать через короткую скакалку разными способами: на двух ногах, на одной ноге, с ноги на ногу; прыгать через большой обруч, как через скакалку.
Катание, бросание, ловля округлых предметов.	*Совершенствуем умения детей бросать мяч вверх и ловить его двумя руками (до десяти раз подряд), бросать мяч на пол и ловить его после отскока от пола. *Учим детей перебрасывать мяч друг другу снизу, через сетку. *Учим детей перебрасывать друг другу мячи из игры «Бросайка» (вариант игры «Бочче»), бросать их в цель: в подушку. *Учим детей бросать мячи разного объема из различных исходных позиций, например, стоя на коленях, сидя.	*Продолжаем совершенствовать уже освоенные детьми приемы бросания, ловли и метания, усложняя и расширяя действия в зависимости от физических способностей детей: — бросать и ловить мяч двумя руками (не менее пятнадцати раз подряд); — бросать и ловить мяч одной рукой (не менее пяти раз подряд), перебрасывать мяч в воздухе, бросать мяч на пол и ловить его после отскока от пола; — выполнять упражнения с мячами с хлопками, поворотами и т п.; — перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3—4 *м),* из положения сидя «по-турецки», через сетку; — бросать мячи разного объема из	*Продолжаем совершенствовать умения детей бросать и ловить мяч двумя руками (не менее двадцати раз подряд), одной рукой (не менее десяти раз подряд), перебрасывать мяч в воздухе и т. п. *Усложняем игры и игровые упражнения на метание мячей, летающих тарелок (пластмассовых), мешочков с наполнителями, балансировочных подушек: — в горизонтальную или вертикальную цель с расстояния *4—5 м;* — в движущуюся цель с расстояния 2 *м;* вдаль на расстояние не менее 5—7 *м.*

		различных исходных позиций: стоя на коленях, сидя и т. д.; — метать мячи, летающие тарелки (пластмассовые), мешочки с наполнителями, балансировочные подушки: в горизонтальную или вертикальную цель с расстояния 2—3 *м,* в движущуюся цель с расстояния 2 *м,* вдаль на расстояние не менее 5—7 *м.*	*Знакомим детей с приемами бросания баскетбольного (облегченного) мяча в баскетбольную корзину, укрепленную на стойке с фиксацией высоты (в зависимости от роста детей
Ползание и лазанье.	*Знакомим детей с приемами ползания по гимнастической скамейке на животе или на спине, подтягиваясь на руках и отталкиваясь ногами. *Учим детей ползать по бревну. *Совершенствуем различные навыки ползания. *Учим детей лазанию по гимнастической стенке с переходом с пролета на пролет по диагонали (со страховкой взрослым).	*Совершенствуем навыки ползания: — по гимнастической скамейке на четвереньках, подтягиваясь на руках и отталкиваясь ногами; — по бревну. *Развиваем умения детей проползать и пролезать под опорами, приподнятыми над полом. *Знакомим детей с особенностями лазанья по веревочной каркасной лестнице. Формируем у них устойчивый навык лазанья по гимнастической стенке и веревочной каркасной лестнице с переходом с пролета на пролет по диагонали. Учим детей влезать на вертикальную лестницу и спускаться с нее, меняя темп лазания, сохраняя координацию движений, используя перекрестную и одноименную координацию движений рук и ног.	*Совершенствуем навыки ползания и лазанья, сформированные у детей во второй период обучения. *Продолжаем учить детей лазанью по гимнастической стенке, по веревочной лестнице (детская игровая лестница, каркасная веревочная лестница). *Учим детей лазать по канату (на доступную ребенку высоту), захватывая его ступнями ног и руками в положении стоя (взрослый удерживает конец каната).
Элементы спортивных игр и спортивных упражнений.	Баскетбол (по упрощенным правилам). Учим детей: — передаче мяча друг другу: двумя руками от груди, одной	Городки. Учим детей бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное положение. Знакомим детей с приемами выбивания городков (четыре пять фигур) с полукона и	Городки. Закрепляем у детей навыки бросания биты сбоку, от плеча, занимая правильное положение. Учим детей выбивать городки

	рукой от плеча; — перебрасыванию мяча друг другу двумя руками от груди в движении; — ловле мяча, летящего на разной высоте (от уровня груди, над головой, сбоку, внизу у пола и т. п.) и с различных сторон; бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Бочче (игра «Бросайка») (по упрощенным правилам). Уточняем с детьми представления о цвете, величине мячей. Учим детей определять вес мячей на основе барического чувства со зрительным контролем и без него. Отрабатываем технику броска: броски мяча снизу вверх, прокатывание мячей разного веса и размера по полу. Знакомим детей с правилами бега до линии броска и бросания мячей (по очереди разного веса) в цель (обруч, подушка, кегли). Бадминтон. Учим детей выполнять удар по волану, правильно держа ракетку, перебрасывая его на сторону партнера по игре (без сетки). Вместе с детьми отрабатываем	кона, используя как можно меньшее количество бит. Футбол (по упрощенным правилам). Учим детей передавать мяч друг другу, отбивать его правой и левой ногой, стоя на месте (расстояние 3—4 м). Хоккей (на траве с мячом или на снегу с шайбой). Учим детей вести шайбу (мяч) клюшкой, не отрывая клюшку от шайбы (мяча). Знакомим с приемами прокатывания шайбы (мяча) клюшкой друг другу, задерживание клюшкой шайбы (мяча). Бочче (игра «Бросайка») (по упрощенным правилам). Совершенствуем навыки игры с мячами «Бросайки» Учим детей выбивать мячом другие мячи из зоны-цели. Учим детей, координируя движения, попадать мячом в лунку-цель: каждый последующий бросок выполняется с места предыдущей остановки мяча. Бадминтон. Закрепляем умения детей ударять по волану, правильно держа ракетку, перебрасывая его на сторону партнера по игре (без сетки). С помощью словесных подсказок учим детей передвигаться по площадке, чтобы не пропустить удар партнера. Катание на санках. Закрепляем умения детей подниматься с санками на горку, скатываться с горки, тормозить при	(четыре-пять фигур) с полукона и кона, стараясь затратить меньшее количество бит. Футбол (по упрощенным правилам). Продолжаем учить детей приемам передачи, отбивания мяча. Развиваем навыки подкидывания мяча ногой, ловли его руками (индивидуальное упражнение). Знакомим детей со способами ведения мяча ногами «змейкой» между расставленными предметами. Учим детей попадать мячом в предметы, забивать мяч в ворота. Проводим игры в футбол (взрослый судит матч и параллельно осуществляет косвенное руководство игрой детей). Хоккей (на траве с мячом или на снегу с шайбой). Продолжаем развивать умения детей вести, задерживать клюшкой шайбу (мяч). Учим детей обводить шайбу (мяч) клюшкой вокруг предметов и между ними. Знакомим детей с приемами забивания шайбы (мяча) в ворота, удерживая клюшку двумя руками справа и слева от себя. Учим детей попадать шайбой (мячом) в ворота, ударяя по шайбе (мячу) с места и в процессе ведения. Проводим игры в хоккей (взрослый судит матч и параллельно осуществляет

	способы передвижения по площадке, для того чтобы не пропустить удар партнера (по образцу и словесной инструкции).	спуске.	косвенное руководство игрой детей). Бочче (игра «Бросайка») (по упрощенным правилам). Совершенствуем навыки игры с мячами «Бросайки», сформированными в первый и второй период обучения. Знакомим детей с правилами выполнения бросков на основе последовательного выбора мячей по цвету и весу: «Бросай как можно ближе к стене мячи красного цвета, начиная с самого тяжелого» и т. п. Бадминтон. Закрепляем правила удара по волану (двигательный образец и элементарное словесное пояснение своих действий). Учим детей перебрасывать его на сторону партнера через сетку. Закрепляем навыки свободного передвижения по площадке, чтобы не пропустить удар партнера. Проводим мини-соревнования по бадминтону и определяем победителя: выигравшие в паре играют друг с другом. Настольный теннис. Проводим с детьми подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: учим подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой, с ударом о пол, о стенку, отбивать мяча через сетку после отскока его от стола и т. д.

Примерный перечень игр и игровых упражнений с незначительной, умеренной и тонизирующей нагрузкой.

Построения и перестроения	«Кто быстрее дойдет до середины», «Море волнуется», «Осень», «Трамвай», «Хомячки» и др.
Ходьба	— в колонне по одному, по два, четверками, по кругу, в шеренге с различными движениями руками; — обычным, гимнастическим, скрестным шагом, с выпадами, в приседе, спиной вперед приставными шагами вперед-назад, с закрытыми главами.
На сохранение равновесия	— ходьба по гимнастической скамейке на носках, боком приставными шагами, удерживая мешочек с песком на спине, приседая на одной ноге, перебрасывая мяч с руки на руку, подбрасывая и отбивая мяч о землю, о скамью; — ходьба по узкой рейке на носках; — пробежать по скамье, взбежать на наклонную доску и сбежать с нее; — балансировка на сенсорном (набивном) мяче, гимнастическом мяче; ходьба с куба на куб (с цилиндра на цилиндр) разной высоты.
Бег	— бег «змейкой» между предметами, с препятствиями, со сменой направления, направляющего; бег непрерывно, наперегонки, по пересеченной местности и др.; — бег со стартом из разных исходных положений; — игры «Обручи», «Повязанный».
Прыжки и подпрыгивание	— подпрыгивание на месте с поворотом кругом, скрещивая и смещая ноги, сериями по 30—40 прыжков; — прыжки через скамью, с опорой на скамью со сменой ног; — сочетание прыжков с другими видами движений; — игры «Бегущая скакалка», «Спрыгни в кружок» «Чей красивее прыжок?».
Лазанье, ползание, перелезание, подлезание	— ползание на четвереньках по полу, по скамье, по наклонной доске, по мягкой поверхности; ползание на четвереньках с высокой скоростью; — ползание между предметами; подтягивание по скамье, на животе, на спине; — проползание под рейками (высота 30 см) на животе (по-пластунски); — перелезание через скамью, рейки, палки, шнуры с опорой и без опоры; — лазанье по гимнастической стенке прямо и по диагонали, перешагивая с пролета на пролет, спускаясь на руках; лазанье по канату на доступную высоту с переходом на гимнастическую стенку; — сочетание ползания с перешагиванием и другими движениями; — игры «Мыши в кладовой», «Разведчики».
Метание, бросание, ловля и	— бросание мяча вверх, о землю, о скамью и ловля его двумя руками (не менее двадцати раз),

передача предметов, мяча	одной рукой (не менее десяти раз); — бросание мяча в баскетбольную корзину, через шнур, вдаль, в движущуюся цель; — игры «Лови, бросай, упасть не давай», «Мяч в обруч», «Мяч по кругу», «Мячи разные несем», «Сбить городок».
На развитие координации движений в крупных мышечных группах	«Запрещенное движение», «Петушок», «Ухо — нос», «Четыре стихии».
На развитие динамической координации рук в процессе выполнения последовательно организованных движений	— поочередное касание большим пальцем правой, левой руки (одновременно пальцами обеих рук) второго, третьего, четвертого и пятого пальцев в обычном и максимальном темпе; — пальцы правой (левой) руки по очереди «здороваются» с пальцами левой (правой) руки (похлопывая подушечками пальцев, начиная с большого); — максимально развести пальцы правой (левой) руки, удерживать в течение 2—3 с; — поочередно сгибать пальцы правой (левой) руки, начиная с большого; — сжимать пальцы правой (левой) руки в кулак и поочередно выпрямлять их, начиная с большого (мизинца) и др.
На развитие динамической координации рук в процессе выполнения одновременно организованных движений	— одновременно менять положение кистей рук (одна сжимается в кулак, другая разжимается, пальцы выпрямляются); — одновременно рисовать в воздухе указательными пальцами вытянутых вперед рук одинаковые круги любого размера (пальцем правой руки — по часовой стрелке, пальцем левой — против часовой стрелки); отбивать в удобном темпе по одному такту правой (левой) рукой, одновременно в такт: ударяя по столу указательным пальцем левой (правой) руки; вытянутым вперед указательным пальцем левой (правой) руки описывая в воздухе небольшой кружок, и др.
На формирование свода стопы и укрепление ее связочно- мышечного аппарата	«Барабан», «Ловкие ноги», «Кач- кач», «Сидя по-турецки» и др.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПОФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (группа компенсирующей направленности)

	1	2	3	4
сентябрь	1. Построение в одну шеренгу, круг. Приветствие. 2. Ходьба и бег в колонне по одному. 3. Подскоки на месте. 4. Катание мяча в парах. 5. Подвижная игра «Бегите ко мне».	1. Ползание на четвереньках. 2. Ходьба и бег с заданиями под музыку. 3. Подскоки на месте на носках с доставанием. П/И «Догоните меня».	1. Ходьба и бег с заданиями под музыку. 2. Подскоки на месте на носках с доставанием. 3. Катание мяча под дугой. 4. Игра «Поймай бабочку».	1. Перешагивания через препятствия (10-15 см). 2. Бег между линиями (25-30 см) 3. Медленный бег 30-40 сек. 4. Подвижная игра «День и ночь».
	1. Построение в одну шеренгу, круг. Приветствие. 2. Ходьба и бег в колонне по одному. 3. Подскоки на месте. 4. Катание мяча в парах. 5. Подвижная игра «Бегите ко мне».	1. Ходьба и бег «стайкой». 2. Лазание на четвереньках. 3. Прыжки на месте, с движениями рук. 4. Подвижная игра «Солнышко и дождик».	1. Ходьба по доске ширина 25-35 см. 2. Взойти на ящик 50х50х20 см и сойти с него. П/И « В гости к куклам».	1. Ползание на четвереньках. 2. Подползти под веревку h 40 –45 см 3. Доползти до собачки. П/И «Бегите ко мне».
октябрь	1. Подъем на возвышение и спуск с него. 2. Построение в колонну по одному, по два. 3. Прыжки в глубину (20-25 см 4. Ползание на четвереньках на полу. 5. Подвижная игра «Бегите ко мне».	1. Ходьба с высоким подниманием бедра. 2. Ползание на четвереньках по скамье. 3. Прыжки в глубину (20-25 см). 4. Бросание мяча вверх и ловля. 5. Игра «Поймай бабочку».	1. Повороты направо, налево переступанием. 2. Отбивание мяча (2-3 раза подряд). 3. Бросание мяча вверх и ловля. 4. Игра «Воробышки».	1. Прыжки через мягкие предметы. 2. Катание и бросание в парах, сидя. 3. ОРУ с флажками. 4. Игра «Автомобили».
	1. Ходьба по доске с последующим ползанием. 2. Прокатывание мяча. П/И «Бегите ко мне».	1. Ходьба о гимнастической скамейке. 2. Бросание мяча из-за головы на дальность. П/И «Догони мяч»	1. Бросание мяча от груди на дальность. 2. Прокатывание мяча. П/И «Через ручеек»	1. Бросание и ловля меча. 2. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. ОРУ с обручем. П/И «Солнышко и дождик»

ноябрь	Ходьба «змейкой» с остановками. 1. Метание левой и правой рукой. 2. Прыжки в длину с места. 3. Перешагивание через препятствие. П/И «Солнышко и дождик»	Ходьба и бег «змейкой». 1. Метание шишек на дальность пр. и левой рукой. 2. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. П/И «Догони мяч»	Ходьба и бег с приседаниями. 1. Метание в горизонтальную цель пр. и лев. рукой. 2. Прыжки в длину с места через веревку. П/И «Солнышко и дождик».	Бег между линиями (25-30 см). 1. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. 2. Прыжки в длину с места через 2 веревки (канавку 10 – 15 см). П/И «Воробышки и автомобиль».
	1. Катание мячей. 2. Перешагивание через кубики. 3. Ползание по дорожке. П/И «Кот и мыши»	1. Ползание на четвереньках. 2. Подлезание под рейку h 40 –45 см . 3. Прыжки в длину с места через веревку. П/И «Воробышки».».	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Катание мяча в воротца. П/И «Мыши в кладовой».	1. Ползание на четвереньках и подлезание под дугу. 2. Прыжки в длину с места через 2 веревки 10 – 15 см). П/И «Карусель».
декабрь	1. Метание на дальность правой и левой рукой. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. П/И «Поезд»	1. Бросание мешочков на дальность пр. и лев. рукой. 2. Ходьба по гимнастической скамейке. П/И «Пузырь».	1. Бросание мешочков в горизонтальную цель пр. и лев. рукой. 2. Прыжки в длину с места на двух ногах через веревку. П/И «Филин»	1. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. 2. Прыжки в длину с места. П/И «Птички в гнездышках».
	Подскоки с продвижением. 1. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. 2. Бросание и ловля меча. П/И «Снежный ком».	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки в длину с места на двух ногах через веревку 15-20 см. 3. Лазание по гимнастической стенке приставным шагом. П/И «Самолеты»	1. Бросание мяча на дальность из-за головы на дальность. 2. Ползание на четвереньках и подлезание под рейку. П/И «Пузырь».	1. Бросание мешочка на дальность пр. и лев. рукой. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. П/И «Снежинки».

январь	1. Катание мяча в воротца 2-3 на расстоянии 80-100 см. 2. Лазанье по гимнастической стенке. П/И «Догоните меня»	1. Прыжки в длину с места. 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель пр. и лев. рукой. П/И «Воробышки и автомобиль»	1. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. 2. Бросание мешочков на дальность. 3. Ходьба по гимнастической скамейке. П/И «Птички в гнездышках».	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Ползание на четвереньках и подлезание под дугу. П/И «Жуки»
	1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель пр. и лев. рукой. П/И «Пузырь»	1. Ползание на четвереньках и подлезание под дугу. 2. Прыжки в длину с места через 2 веревки (канавку 10 – 15 см). 3. Ходьба по гимнастической скамейке. П/И «Воробышки и автомобиль».	1. Бросание мешочков в горизонтальную цель пр. и лев. рукой. 2. Прыжки в длину с места на двух ногах через веревку. П/И «Птички в гнездышках».	1. Бросание мяча на дальность из-за головы. 2. Катание мяча друг другу. 3. Ходьба на четвереньках между веревками. 30-35 см. П/И «Жуки»
февраль	1. Метание вдаль двумя руками из-за головы. 2. Катание мяча в воротца на расстоянии 1-1,5 м П/И «Филин»	1. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. 2. Бросание меча в горизонтальную цель. П/И «Кошка и мышки»	1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 2. Подпрыгнуть вверх и коснуться ладошки П/И «Догоните меня».	1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 2. Катание мяча в воротца на расстоянии 1-1,5 м П/И «Поезд».
	1. Ползание на четвереньках до рейки и под нее. 2. Прыжки в длину с места. П/И «Воробушки и автомобиль»	ОРУ с платочком 1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны. 2. Бросание мяча инструктору. П/И «Кот и мышки»	1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 2. Ходьба перешагивая кубики П/И «Пузырь».	1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны 2. Прыжки в длину с места. П/И «Поезд».

март	1. Бросание мяча на дальность из-за головы. 2. Катание мяча в воротца. П/И «Кошка и мышки»	1. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. 2. Бросание мяча на дальность из-за головы. П/И «Пузырь».	1. Прыжки в длину с места на двух ногах. 2. Ходьба по шнуру. 3. Метание на дальность П/И «Солнышко и дождик».	1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 2. Прыжки в длину с места на двух ногах через веревку. П/И «Мой веселый звонкий мяч»
	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Бросание мяча на дальность из-за головы. П/И «Пузырь».	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Ползание на четвереньках и подлезание под дугу. П/И «Филин»	1. Бросание и ловля мяча. 2. Ходьба по наклонной доске и доползти до флажка. П/И «Солнышко и дождик»	1. Ходьба на четвереньках друг за другом. 2. Прыжки с гимнастической скамейки. 3. Бросание мешочков в горизонтальную цель. П/И «Мой веселый звонкий мяч»
апрель	1. Ходьба по гимнастической скамейке и спрыгивание. 2. Бросание мяча инструктору. П/И «Догоните меня»	1. Бросание мяча на дальность из-за головы. 2. Катать мяч друг другу П/И «Воробышки и автомобиль».	1. Метание шишек на дальность. 2. Прыжки в длину с места. П/И «Солнышко и дождик».	1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 2. Бросание мяча на дальность от груди. П/И «Птички в гнездышках»
	1. Ползание на четвереньках и подлезание под дугу. 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель пр. и лев. рукой. П/И «Пузырь»	1. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. 2. Бросание мяча вверх через ленту. П/И «Воробышки и автомобиль».	1.Ходьба по гимнастической скамейке и спрыгивание. 2. Бросание мяча инструктору. П/И «Солнышко и дождик».	1. Бросание мешочков в горизонтальную цель пр. и лев. рукой. 2. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. П/И «Птички в гнездышках»

май	1. Бросание мяча на дальность из-за головы. 2. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. 3. Прыжки в длину с места на двух ногах через веревку. П/И «Филин»	1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны 2. Бросание мешочка на дальность. П/И «Солнышко и дождик»	1. Бросание мяча на дальность из-за головы. 2. Ходьба по гимнастической скамейке П/И «Мой веселый звонкий мяч»	1. Бросание мешочка на дальность 2. Прыжки в длину с места П/И «Воробушки и автомобиль».
	1. Бросание мешочков на дальность. 2. Ползание на четвереньках и подлезание под дугу. П/И «Пузырь»	1. Бросание мяча на дальность из-за головы. 2. Катание мяча на расстоянии 1,5 -2 м 3. Прыжки в длину с места. П/И «Солнышко и дождик»	1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 2. Катание мяча на расстоянии 1,5 -2 м П/И «Мой веселый звонкий мяч»	1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны. 2. Бросание мяча через сетку. П/И «Поезд».

Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-логопеда

Задачи взаимосвязи:

1. Коррекция звукопроизношения;
2. Упражнение детей в основных видах движений;
3. Становление координации общей моторики;
4. Умение согласовывать слово и жест;
5. Воспитание умения работать сообща

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя

Музыка воздействует:

1. на эмоции детей;
2. создает у них хорошее настроение;
3. помогает активировать умственную деятельность;
4. способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
5. освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;
6. привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

Взаимодействие инструктора по физической культуре с педагогом-психологом

Педагог-психолог может дать совет, какие игры и упражнения предложить детям:

1. с чрезмерной утомляемостью
2. непоседливостью
3. вспыльчивостью
4. замкнутостью
5. с неврозами
6. и другими нервно-психическими расстройствами.

4. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы

1. Зарин А.П., Боряева Л.Б., Гаврилушкина О.П. и др. Программа воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью. – СПб., 2011.
2. Программа коррекционно-развивающего воспитания и обучения дошкольников с ЗПР /под ред. С.Г.Шевченко, 2018.
3. О.В. Закревская «Развивайся, малыш!» Система работы по профилактике отставания и коррекции отклонений в развитии детей раннего возраста.- М. 2018г.
4. Картушина М. Ю. «Быть здоровыми хотим». Программа развития. М.: ТЦ «Сфера», 2004 – 384с.
5. Картушина М. Ю. «Зелёный огонёк здоровья». Методическое пособие. СПб: «Детство-пресс» 2005 – 256с.
6. Кудрявцев В.Т., Егоров Б. Б. «Развивающая педагогика оздоровления». Программно – методическое пособие. М.: «Линка-пресс», 2000 – 296с.
7. Муллаева Н. Б. «Конспекты – сценарии занятий по физической культуре для дошкольников». Учебно – методическое пособие. СПб: «Детство-пресс», 2008 – 160с.
6. Под ред. Михайловой З. А.. «План – программа педагогического процесса в детском саду». Методическое пособие.СПб: «Детство-пресс», 2008 – 255с.
8. Сайкина Е. Г., Фрилёва Ж.Е, «Физкульт – привет минуткам и паузам!» Учебно – методическое пособие. СПб: «Детство-пресс», 2006 – 128с.
9. Под ред. С. О. Филипповой. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения». Методическое пособие. СПб: «Детство-пресс» 2005 – 416с.

Список используемой литературы:

1. Зарин А.П., Боряева Л.Б., Гаврилушкина О.П. и др. Программа воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью. – СПб., 2011.
2. Программа коррекционно-развивающего воспитания и обучения дошкольников с ЗПР /под ред. С.Г.Шевченко, 2018.
3. О.В. Закревская «Развивайся, малыш!» Система работы по профилактике отставания и коррекции отклонений в развитии детей раннего возраста.- М. 2008г.
4.Зайцев Г. К., Зайцев А. Г. « Твое здоровье: Укрепление организма»-СПб: «Детство – Пресс», 2011.
5.Громова С. П. «Здоровый дошкольник». Калининград, 2013.
6.Картушина М. Ю. «Быть здоровыми хотим». Программа развития. М.: ТЦ «Сфера», 2004 – 384с.