


Муниципальное образование город Ноябрьск  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Белоснежка»  
муниципального образования город Ноябрьск

СОГЛАСОВАНА  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол №1  
от 30.08.2023г.

СОГЛАСОВАНА  
заместитель заведующего  
 И.А. Складанюк  
от 30.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНА  
приказом МБДОУ  
«Белоснежка» № 201- од  
от 31.08.2023г.

Образовательная область «Физическое развитие»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по разделу «Физическая культура»  
в старшей группе компенсирующей направленности  
для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи

Составитель:  
инструктор по физической культуре  
МБДОУ «Белоснежка»  
Н.В.Вечирко

2023 - 2024 учебный год

<b>п/п</b>	<b>Содержание</b>	<b>Страница</b>
<b>1.</b>	<b>Пояснительная записка</b>	<b>3</b>
<b>2.</b>	<b>Тематический план</b>	<b>7</b>
<b>3.</b>	<b>Требования к результатам освоения раздела "Физическое развитие"</b>	<b>7</b>
<b>4.</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>7</b>
<b>5.</b>	<b>Перечень литературы и средств обучения</b>	<b>8</b>
<b>6.</b>	<b>Учебно – тематический план</b>	<b>10</b>
<b>7.</b>	<b>Календарно – тематический план</b>	<b>14</b>
<b>8.</b>	<b>Протокол диагностики индивидуального развития по разделу "Физическое развитие"</b>	<b>39</b>

## Пояснительная записка

Рабочая программа по разделу «Физическая культура» образовательная область «Физическое развитие» составлена в соответствии с Адаптированной образовательной программой дошкольного образования для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Белоснежка» муниципального образования город Ноябрьск (далее по тексту АОП ДО).

Рабочая программа ориентирована на использование учебно-методического комплекта:

1. Нескучная гимнастика. Е.А.Алябьева – Москва, изд.Сфера, 2014г.
2. Физическая культура в детском саду. Для занятий с детьми 5-6 лет Л.И.Пензулаева – Москва, изд.МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2014г.
3. Сборник подвижных игр для занятий с детьми с 2 – 7 лет. Э.Я. Степаненкова - Москва, МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014 год.
4. Малоподвижные игры и игровые упражнения для занятий с детьми с 3 до 7 лет. М.М. Борисова - Москва, МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014 год.
5. Игры которые лечат. Е.А.Бабенкова, О.М.Федоровская, Москва, 2013г.

Программа рассчитана на проведение 72 занятия в год (2 раза в неделю), продолжительностью 25 мин.

**Сопутствующими формами образовательной деятельности** по разделу «Физическая культура» в старшей группе для детей с тяжелыми нарушениями речи является организация: комплексов занимательной разминки и дыхательных упражнений с речевым сопровождением, спортивных игр, спортивных праздников и развлечений по лексическим темам.

### Цели:

- обеспечение условий для физического развития обучающихся с тяжелыми нарушениями речи, определяемых общими и особыми потребностями обучающихся дошкольного возраста в соответствии с индивидуальными особенностями развития и состоянием здоровья;
- развитие двигательных навыков, речевой активности, тонкой ручной моторики, зрительно – пространственной координации;
- улучшение качества жизни обучающихся посредством физической активности и спорта.

### Задачи:

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

Программой предусмотрена работа, направленная на коррекцию речевых нарушений через использование дыхательной гимнастик, релаксации, упражнений на развитие статического равновесия; содержание разработано с учетом тем, изучаемых в рамках коррекционной работы.

#### **Цель коррекционного обучения:**

- создание оптимальных условий для выравнивания речевого и психофизического развития детей, обеспечивающего их всестороннее развитие.

#### **Коррекционные задачи:**

- формирование и развитие у детей правильного речевого дыхания, звукопроизношения;
- развитие координации движений посредством использования специально подобранных игр, игровых упражнений и нестандартного оборудования;
- развитие эмоционально-волевой сферы и личностных качеств ребенка; общей и мелкой моторики; активизация внимания и памяти;
- формирование фонематического слуха;
- нормализация мышечного тонуса (развитие произвольной регуляции мышечного тонуса - релаксации);
- развитие статической и динамической выносливости, чувства ритма, способности к самоконтролю, самооценки при выполнении движений.

#### **Задачи по национально-региональному компоненту:**

- использование национальных игр и упражнений для общей физической подготовленности;
- усвоение знаний о значении национальных обрядов, игр и видов спорта;
- усвоение способов физической деятельности, физических упражнений творческого характера, национальные игры;

#### **Коррекционные задачи по национально-региональному компоненту:**

- формировать статическую и динамическую выносливость в процессе игр народов Севера;
- вырабатывать силу воли, выносливость, ловкость, терпение с использованием гендерного подхода в проведении игр.

#### **Задачи по обновлению содержания образования:**

- создавать условия для развития физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями ребенка;
- формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой.
- содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств, привычки к здоровому образу жизни, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- формировать начальные представления о некоторых видах спорта.

**Новизной данной рабочей программы** является компиляция в воспитательно-образовательном процессе приоритетного компонента ДООУ, тематических недель.

**Отличие данной рабочей программы** состоит в том, что программа составлена с учетом межпредметных связей, согласно тематическим неделям. Тематический принцип построения образовательного процесса позволяет органично вводить региональные и культурные компоненты, учитывать территориальность, и приоритетность дошкольного учреждения.

**Обоснование внесенных изменений** связаны с учетом возрастных возможностей и индивидуальных траекторий развития детей.

#### **Национально-региональный компонент**

Содержание рабочей программы по разделу «Физическое развитие» сформировано с учетом **национально-регионального компонента**, культурно-исторических особенностей и ценностей Ямало–Ненецкого автономного округа. В основу реализации национально – регионального компонента, положен календарь праздников народов Ямала, который представлен следующими лексическими темами: «День нефтяника: осень, осенняя одежда, обувь, головные уборы», «Праздник: проводы лебедя, перелетные птицы», «Ямальские просторы: ягоды, грибы», «Вороний день: перелетные птицы», «День оленевода: дикие животные наших лесов». Национально-региональный компонент будет реализовываться как часть занятия, согласно перечисленных тем в комплексах ОРУ, а также в подвижных играх.

**Приоритетное направление** работы МБДОУ (воспитание экологической культуры дошкольников) представлена следующими темами: «Праздник урожая: овощи, фрукты»,

«Всемирный день животных: домашние животные, птицы», «Поздняя осень: лиственные деревья», «Хвойные деревья», «Зима», «Весна: изменения в природе», «Зимующие птицы», «Всемирный день водных ресурсов: рыбы», «Всемирный день Земли: растения луга, сада», «Экологические вести: насекомые».

Формирование экологической культуры реализуется в ходе занятия (часть), подвижных игр, игровых упражнений.

Рабочая программа построена на интегративном подходе сочетания образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями обучающихся, спецификой образовательных областей. Это способствует тому, что основные задачи содержания образовательной области «Физическое развитие» решаются как самостоятельно, так и в ходе реализации других образовательных областей («Социально - коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие»).

1	Социально – коммуникативное развитие	Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и ЗОЖ человека, формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, основ безопасности собственной жизнедеятельности, в том числе здоровья; создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержке; побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников
2	Познавательное развитие	Активизация мышления обучающихся (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и пр.), специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения для закрепления знаний об окружающем, построение и использование конструкций для проведения подвижных игр.
3	Речевое развитие	Развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и ЗОЖ человека, игровое общение; развитие представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики для успешного освоения указанных областей
4	Художественно-эстетическое развитие (музыка)	Использование музыкального сопровождения с целью сопровождения выполнения игровых заданий и игр, развития двигательного творчества. Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств

### **Особенности организации образовательного процесса**

Особенность организации образовательного процесса по разделу «Физическая культура» в старшей группы компенсирующей направленности для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи заключается в проведении занятий в холодный сезон – 2 раза в зале, летом на площадке. В занятии участвуют все дети одновременно с учетом состояния их здоровья. Продолжительность занятия – 25 минут.

### **Осуществление коррекционной работы в рамках занятий**

<b>№ п/п</b>	<b>Направления коррекционной работы</b>	<b>Формы работы</b>
1.	<b>Коррекция особенностей моторного развития</b>	
1.1.	Нормализация мышечного тонуса (развитие произвольной регуляции мышечного тонуса - релаксации)	Комплексы релаксации

1.2.	Развитие динамической выносливости	Медленный бег; бег с препятствиями; бег в сочетании с различными предметами (с мячом, скакалкой и т.д.) Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением фигур)
1.3.	Развитие статической выносливости	Корректирующие упражнения на развитие равновесия, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, упражнения на различных балансирах. Например: упражнения с закрытыми глазами, стоя на одной ноге: «Цапля»; игра «Совушка»; «Черепашка»
1.4.	Упорядочивание темпа движений	ОРУ используя счёт, музыкальное сопровождение ит.д.
1.5.	Координация речи с движениями	Соотнесение слов с движениями
1.6.	Развитие ориентировки в пространстве и в своём теле	Использование подвижных игр и упражнений, ОРУ.
1.7.	Развитие двигательной, слуховой, зрительной памяти и внимания	Выполнение задания по речевой инструкции; без показа; по названию упражнений.
1.8.	Развитие мелкой моторики пальцев рук	Включение в ОРУ упражнений на развитие мелкой моторики, например: поднимание рук с сжатием и разжатием кистей рук.
2	<b>Нормализация речевой функции</b>	
2.1.	Развитие понимания речи, уточнение, расширение и активизация словаря	Понимание инструкции педагога
2.2.	Развитие речевого и физиологического дыхания	Упражнения на развитие и восстановление дыхания.
2.3.	Развитие чувства ритма	Используя музыкальное сопровождение, счёт

**Предпочтительной формой организации образовательного процесса** является занятия в игровой форме, в форме тренировок, физкультурных музыкально двигательных импровизациях, спортивных игр, упражнений с элементами движения, развития речи, соревновательных состязаний.

#### **Вариативность проведения педагогической диагностики**

Оценка индивидуального развития детей по разделу «Физическая культура» для обучающихся старшей группы проводится для оценки исходного состояния организма ребенка с тем, чтобы определить «ближайшую зону» его здоровья, создать условия для наращивания фундаментальных возможностей систем и органов, развития жизненно важных двигательных умений.

Периодичность проведения педагогической диагностики: 2 раза в год.

*Стартовая* – на этапе поступления ребёнка в дошкольную группу.

*Финальная* – на завершающем этапе освоения программы определённой возрастной группы.

Получаемая в ходе диагностики информация, является основанием для прогнозирования деятельности, осуществления необходимой коррекции, инструментом оповещения родителей о состоянии и проблемах, выявленных у обучающегося.

#### **Методика проведения диагностики:**

### **1. СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ КАЧЕСТВА:**

#### **Скорость бега на 10 м, с ; Скорость бега на 30 м,с**

Ребенок становится на линию старта. Инструктор, стоящий с боку от стартующего, подает команду «На старт!», «Внимание!» и поднимает вверх флажок. Убедившись, что ребенок готов к бегу, командует «Марш!» и одновременно опускает флажок. С опусканием флажка и началом движения ребенка включается секундомер. Ребенок бежит, минуя финиш до ориентира, не сбавляя скорости бега. Секундомер выключается после пересечения бегущим линии финиша. Дается две

попытки, лучший результат фиксируется.

Взрослому во время бега ребенка не следует корректировать его движения, подсказывать элементы техники.

Практика показывает, что при проведении тестирования в соревновательной форме (бег по два человека), результаты детей бывают выше.

#### **Продолжительность бега в медленном темпе, мин**

Тестирование проводится в конце образовательного периода в физкультурном зале или на физкультурной площадке при благоприятных погодных условиях.

В течение образовательного периода с учетом тренированности ребенка продолжительность бега (в медленном или умеренном темпе) постепенно увеличивается с 15-30 секунд до 1-2,5 минут.

Оценка уровня развития физических качеств детей проводится путем сравнения абсолютных величин результатов тестирования физической подготовленности каждого ребенка со средними возрастными значениями соответствующих показателей.

#### **Прыжок в длину с места**

Проводится в спортивном зале, желательно на резиновой дорожке с разметкой и зрительными ориентирами. Ребенок становится на широкую линию отталкивания, не переступая ее ногами. Ноги расставлены на ширину плеч, выполняется взмах руками. Попытка дается 2-3 раза. Учитывается лучший результат, который определяется по месту касания дорожки пятками. При потере равновесия (шаг назад, касание руками пола, падение и т.д.) результат не засчитывается. Для повышения активности и интереса детей целесообразно на определенном расстоянии (чуть дальше среднего результата) разместить ориентиры (3 флажка) и предложить ребенку прыгнуть до самого дальнего из них.

#### **СИЛОВЫЕ КАЧЕСТВА:**

#### **Дальность броска мешочка с песком правой (левой) рукой, м**

Коридор для метания должен быть шириной не менее 3 м. И длиной 15 - 20 м. По команде педагога ребенок подходит к широкой линии, из исходного положения стоя производит бросок мешочка с песком одной рукой из-за головы, одна нога поставлена впереди другой на расстоянии шага. При броске нельзя изменять положение ступней. Засчитывается лучший результат из 3 попыток. Вес мешочка 150гр.

#### **Наклон туловища вперед сидя, см.**

Ребенок без обуви садится перед обозначенной на полу линией так, чтобы пятки выпрямленных и разведенных на 20-30 см. ног, находились как можно ближе к черте, но не пересекали её, ступни вертикально. Инструктор, находясь сбоку от ребенка, прижимает его колени к полу с тем, чтобы ноги не сгибались при осуществлении наклонов. Ребенок выполняет три пружинящих наклона вперед, стараясь как можно дальше коснуться пальцами обеих рук градуированной планки, находящейся между ног. На четвертом наклоне ребенок в течение 2 секунд фиксирует положение тела. Результат фиксируется в момент, когда кончики пальцев ребенка достигли наиболее удаленной отметки. Если при измерении концы пальцев рук находятся за нулевой отметкой, то результат фиксируется со знаком «+» (например +3 см.). Если до нулевой отметки ребенок не дотянулся, то результат фиксируется со знаком «-» (- 2 см.)

**Стартовая:** высокий- средний низкий **Финальная:** высокий- средний низкий

### **Уровни (критерии) освоения программы**

Уровень развития физических качеств определяется по таблице возрастными нормативами. Оценивание проходит по баллам: 0 – низкий, 1 – средний, 2 – высокий.

Высокий – правильно выполнены все элементы техники

Средний - ребенок справляется с большинством элементов техники, имеются незначительные ошибки

Низкий - наличие значительных ошибок, не справляется с заданием.

При обследовании физической подготовленности дошкольников важно учитывать индивидуальный темп развития каждого ребенка.

## Тематический план

№	Тема/раздел	Количество занятий	Количество часов
1	Учебно-тренировочное	45	18ч45мин
2	Тематические	11	4ч35мин
3	Круговая тренировка	2	50мин
4	Эстафета - соревнование	2	50мин
5	Игровое	6	2ч30мин
6	Тренировочное	6	2ч30мин
	<b>итого</b>	<b>72</b>	<b>30ч</b>

### Требования к результатам освоения раздела "Физическая культура"

- обучающийся выполняет физические упражнения в соответствии с возрастными возможностями, достаточно технично, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно;
- проявляет в двигательной деятельности сформированные в соответствии с возрастом психофизические качества;
- способен проявить творчество, составляя несложные комбинации из знакомых общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений, основных движений и продемонстрировать их, придумать движения в подвижной игре и организовать ее;
- стремится осуществлять самоконтроль и дает оценку двигательным действиям других детей и своим, свободно ориентируется в пространстве;
- проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям;
- умеет взаимодействовать в команде, проявляет инициативу, самостоятельность, находчивость, взаимопомощь, стремится к личной и командной победе, демонстрирует нравственно-волевые качества, ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- знает способы укрепления здоровья и факторы, положительно влияющие на него, имеет представление о правилах гигиены, понимает необходимость сохранения и укрепления здоровья, может оказать посильную помощь больным близким, стремиться заботиться о своем здоровье и здоровье других людей;
- имеет представления о некоторых видах спорта, спортивных достижениях, туризме, как форме активного отдыха, знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности, стремиться их соблюдать.

### Содержание работы по разделу «Физическая культура»

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии.

ОРУ:

- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём.

Строевые упражнения:

- построение в колонну по одному, в шеренгу, круг и два круга (по ориентирам и без), по диагонали, в два и три звена;

- перестроение из одной колонны в две, в шеренгу по два, равняясь по ориентирам и без;

- повороты направо, налево, кругом;



- размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика:

- ходьба и бег под музыку в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе;
- ходьба на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), с ускорением и замедлением темпа;
- легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение);
- подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружения по одному и в парах.

Подвижные игры:

*С бегом:* «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Хитрая лиса», «Пустое место», «Затейники».

*С прыжками:* «Не оставайся на полу», «Удочка», «С кочки на кочку».

*С лазаньем и ползанием.* «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

*С метанием:* «Охотники и зайцы», «Попади в обруч», «Мяч водящему».

*Игры, направленные на развитие моторики мелких мышц кисти:* «Замок», «Гонки», «Братья-ленивцы», «Прижми палец», «Письмо на ладони».

*Игры, направленные на развитие координационных способностей, формирование зрительно-двигательной координации:* «Сидячий футбол», «Голуби», «Кто быстрее?»

*Игры, направленные на совершенствование функции дыхания:* «Перышки»

*Игры, направленные на формирование осанки:* «Подпрыгни и подуи на шарик», «Совушка», «Ходим в шляпах».

Спортивные игры:

Городки:

- бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м).

Элементы баскетбола:

- перебрасывание мяча друг другу от груди;
- ведение мяча правой и левой рукой;
- забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди;
- игра по упрощенным правилам.

#### **Средства обучения:**

При реализации Программы для развития двигательной деятельности используются следующие средства:

спортивное оборудование, спортивный инвентарь, демонстрационный и раздаточный материал, образно-символический материал, нестандартное оборудование, оздоровительное, оборудование для спортивных игр и упражнений. *Технические средства:* музыкальный центр, музыкальная фонотека.

#### **IV. Список литературы**

*Основная методическая литература:*

1. Физическая культура в детском саду. Для занятий с детьми 5 – 6 лет, Л.И. Пензулаева - Москва, МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018 год.

*Дополнительная методическая литература:*

2. Сборник подвижных игр для занятий с детьми с 2 – 7 лет, Э.Я. Степаненкова - Москва, МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018 год.

3. Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР., Ю.А. Кириллова.

4. Мониторинг достижения детьми планируемых результатов: пособие для педагогов с приложением на электронном носителе / под ред. И. Бурлаковой, М. Степановой. – М.: Просвещение, 2011.

5. «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3 – 7 лет)», Л.И. Пензулаева. – М.; Владос, 2001г.

**Учебно– тематический план**

	<b>План. дата</b>	<b>Факт дата</b>	<b>Дата</b>	<b>Кол-во занятий</b>	<b>№ недели</b>	<b>*Название тематической недели</b>
<b>СЕНТЯБРЬ</b>	04.09.2023		04-08	1	1	
	06.09.2023			1		День нефтяника: осень, осенняя одежда, обувь, головные уборы
			11-15		2	
	11.09.2023			1		Праздник проводы лебедя: перелетные птицы
	13.09.2023			1		
			18-22		3	
	18.09.2023			1		Праздник урожая: овощи, фрукты
	20.09.2023			1		
			25-29		4	
25.09.2023			1		День дошкольного работника: профессии в д/с	
27.09.2023			1			
<b>ОКТАБРЬ</b>			02-06		5	
	02.10.2023			1		Я вырасту здоровым: тело человека, профессия врача
	04.10.2023			1		
					6	
	09.10.2023		09-13	1		Всемирный день животных: домашние животные и птицы
	11.10.2023			1		
					7	
	16.10.2023		16-20	1		Наша пища. Труд повара. Посуда
	18.10.2023			1		
			23-27		8	
23.10.2023			1		День работников автомобильного транспорта	
25.10.2023			1			
<b>НОЯБРЬ</b>			30-03		9	
	30.10.2023			1		День единства и примирения Моя Россия – моя страна
	01.11.2023			1		
			07-10		10	
	06.11.2023			1		Поздняя осень: лиственные деревья
	08.11.2023			1		
			13-17		11	
	13.11.2023			1		Ямальские просторы: ягоды, грибы
	15.11.2023			1		
			20-24		12	
	20.11.2023			1		День матери
	22.11.2023			1		
		27-01		13		
27.11.2023			1		Наш город, дом	
29.11.2023			1			
<b>ДЕКАБРЬ</b>			04-08		14	
	04.12.2023			1		Зима
	06.12.2023			1		
			11-15		15	
	11.12.2023			1		Хвойные деревья
13.12.2023			1			

			18-22		16		
	18.12.2023			1		Зимующие птицы	
	20.12.2023			1			
				25-29		17	
	25.12.2023			1		Новый год	
27.12.2023			1				
ЯНВАРЬ			01-05			<b>Праздники</b>	
			08-12				
							Народная культура и традиции (каникулы)
				15-19		18	
	15.01.2024			1		Зимние забавы	
	17.01.2024			1			
				22-26		19	
	22.01.2024			1		Животные жарких стран	
	24.01.2024			1			
				29-02		20	
	29.01.2024			1		Игрушки	
	31.01.2024			1			
ФЕВРАЛЬ			05-09		21		
	05.02.2024			1	Зимняя одежда, обувь , головные уборы		
	07.02.2024			1			
				12-16		22	
	12.02.2024			1	День комнатных растений		
	14.02.2024			1			
				19-22		23	
	19.02.2024			1	День защитника Отечества		
	21.02.2024			1			
				26-01		24	
26.02.2024			1	Мебель			
28.02.2024			1				
МАРТ			04-07		25		
	04.03.2024			1	Международный женский день: мамы профессии		
	06.03.2024			1			
				11-15		26	
	11.03.2024			1	Весна: изменения в природе		
	13.03.2024			1			
				18-22		27	
	18.03.2024			1	Всемирный день водных ресурсов: рыбы		
	20.03.2024			1			
				25-29		28	
25.03.2024			1	День оленевода: дикие животные наших лесов			
27.03.2024			1				
АПРЕЛЬ			01-05		29		
	01.04.2024			1	Международный день детской книги		
	03.04.2024			1			
				08-12		30	
	08.04.2024			1	День космонавтики		
10.04.2024			1				

		15-19		31	
	15.04.2024		1		Вороний день: перелетные птицы
	17.04.2024		1		
		22-26		32	
	22.04.2024		1		Всемирный день Земли: растения луга и сада
	24.04.2024		1		
МАЙ		29-08		33	
	06.05.2024		1		Праздники весны: День весны и труда День Победы
	08.05.2024		1		
		13-17		34	
	13.05.2024		1		Международный день семьи: моя семья
	15.05.2024		1		
		20-24		35	
	20.05.2024		1		Экологические вести: насекомые
	22.05.2024		1		
		27-31		36	
	27.05.2024		1		День защиты детей
29.05.2024		1			
ИТОГО		72			

Календарно – тематический план  
по разделу «Физическая культура»  
в старшей группе компенсирующей направленности для обучающихся с тяжелым нарушениями речи №7  
на 2023 – 2024 учебный год

**С Е Н Т Я Б Р Ъ**

	Задачи занятия	Построение, перестроение	Комплекс ОРУ	Вводная часть	Основные движения	Подвижные игры	Коррекционные упражнения
<b>Название тематической недели</b>		День нефтяника: осень, осенняя одежда, обувь, головные уборы					
<b>I НЕДЕЛЯ №1</b>	<p>Упражнять в сохранении устойчивого и динамического равновесия и прыжках в длину с места; в беге на 30 м.; в метании мешочков вдаль правой (левой) рукой.</p> <p>Развивать координацию движений, ловкость, внимание, глазомер. Формировать навык правильной осанки.</p> <p>Дать понятие короткого и длинного выдоха, учить детей произносить звуки на выдохе.</p> <p>Воспитывать отзывчивость на слова взрослого.</p>	<p>Построение в шеренгу.</p> <p>Перестроение в колонну по одному.</p> <p>Перестроение в 2-3 колонны.</p>	ОРУ № 1	<p>Ходьба на носках, пятках, скрестный шаг.</p> <p>Легкий бег, бег змейкой.</p> <p>Скорость бега на 30 м,(сек.)</p>	<p>1.Прыжки в длину с места</p> <p>2. Метание мешочков с песком вдаль правой (левой) рукой</p>	<p>П/и «Попади в шляпу»</p> <p>НРК -«Хейро»</p>	<p>Упражнение «Ходим в шляпах»</p>

<p style="text-align: center;"><b>I НЕДЕЛЯ №2</b></p>	<p>Упражнять в сохранении устойчивого и динамического равновесия и прыжках с продвижением вперёд; укреплять мышечный корсет; координировать движения рук с дыхательными движениями грудной клетки во время метания; воспитывать организованность; настойчивость. Развивать силу воли, выносливость, ловкость посредством использования специально подобранных игр.</p>	<p>Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному. Перестроение в 2-3 колонны.</p>	<p style="text-align: center;">ОРУ № 1</p>	<p>Ходьба на носках, пятках, скрестный шаг. .Легкий бег, бег змейкой.</p> <p>Скорость бега на 30 м,(сек.)</p>	<p>1.Прыжки с продвижением вперед. 2. Метание мешочков с песком вдаль правой (левой) рукой</p>	<p>П/и «Забавные шляпы» НРК -«Хейро»</p>	<p>Упражнение «Ходим в шляпах»</p>
<p><b>Название тематической недели</b> <span style="float: right;">Праздник проводы лебедя: перелетные птицы</span></p>							
<p style="text-align: center;"><b>II НЕДЕЛЯ №3</b></p>	<p>Выявление уровня физической подготовленности в метании набивного мяча вдаль; в гибкости; в продолжительности бега в медленном темпе до 1,5 мин.; в скорости бега на 10 м. тренировать дыхательную мускулатуру; воспитывать дружелюбие, обогащать познавательную сферу у детей.</p>	<p>Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному. Перестроение в 2-3 колонны.</p>	<p style="text-align: center;">ОРУ № 2</p>	<p>Продолжительность бега в медленном темпе до 1,5 мин. Скорость бега на 10 м (сек.) Наклон туловища вперед сидя, мин.</p>	<p>Метание набивного мяча вдаль двумя</p>	<p>П/и «Гуси – лебеди»»</p>	<p>Дыхательное упражнение «Гуси летят»</p>

<p style="text-align: center;"><b>II НЕДЕЛЯ</b> №4</p>	<p>Обучить ползанию на высоких четвереньках по гимнастической скамейке; закрепить ходьбу по гимнастической скамейке, перешагивая предметы, сохраняя правильную осанку и устойчивое равновесие Развивать координацию движений, гибкость, ловкость, упражнять в носовом вдохе.</p>	<p>Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному. Перестроение в 2-3 колонны.</p>	<p style="text-align: center;">ОРУ №2</p>	<p>Продолжительность бега в медленном темпе до 1,5 мин.</p>	<p>1.Ползание на высоких четвереньках по гимнастической скамье 2. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 3.Наклон туловища вперед сидя</p>	<p>П/и «Перелетные птицы»</p>	<p>Дыхательное упражнение «Гуси летят»</p>
<p><b>Название тематической недели</b></p>		<p style="text-align: center;">Праздник урожая: овощи, фрукты</p>					
<p style="text-align: center;"><b>III НЕДЕЛЯ</b> №5 №1, с.15</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге в рассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли), в прыжках с продвижением вперед; упражнять в перебрасывании мяча, укреплять связочно-мышечный аппарат стопы.</p>	<p><b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному; в колонну по два в движении.</p>	<p style="text-align: center;">ОРУ №3</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному на носках; в рассыпную. <b>Бег:</b> в колонне по одному; в рассыпную.</p>	<p>1.На двух ногах с продвижением вперед. 2.Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу, стоя в шеренгах, на расстоянии 2м. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.</p>	<p>П/и «Репка», П/и «У кого мяч?»</p>	<p>Упражнение «Кач-кач»</p>





<b>IV НЕДЕЛЯ</b> №8 №5, с.20	Учить подбрасывания мяча вверх с хлопком в ладоши и ловле его, повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять энергичному отталкиванию двумя ногами от пола (земли) и взмаху рук в прыжках с доставанием до предмета (в высоту); бег до 1,5 мин, развивать равновесие. Воспитывать интерес к подвижным играм.	<b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному; в колонну по два в движении.	ОРУ № 4	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному на носках; между предметами. <b>Бег:</b> в колонне по одному; между предметами; в среднем темпе до 1,5 минут.	1. На двух ногах в высоту с места – «Достань до предмета» 2. Броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками с хлопком в ладоши. 3. Ползание на четвереньках между предметами.	П/и «Что нам делать покажи»	Упражнение «Кто дольше простоит» «балансиры»
------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------	----------------------------------------------

## ОКТАБРЬ

	Задачи занятия	Построение, перестроение	Комплекс. ОРУ	Вводная часть	Основные движения	Подвижные игры	Коррекционные упражнения
<b>Название тематической недели</b>							Я вырасту здоровым: тело человека, профессия врача

<p style="text-align: center;"><b>I НЕДЕЛЯ</b> №9 №10, с.25</p>	<p>Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за край обруча; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и прыжках с мешочком, зажатым между колен и ходьбе с перешагиванием через препятствие, развивать короткий вдох через нос, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.</p>	<p><b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> е: в колонну по одному; в колонну по два в движении.</p>	<p style="text-align: center;">ОРУ №5</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному; с изменением темпа: от широкого до семенящего шага. <b>Бег:</b> в колонне по одному.</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен. 2. Пролезание в обруч боком в плотной группировке. 3. Ходьба с перешагиванием через препятствие.</p>	<p>П/и «Я тело берегу»</p>	<p>Дыхательное упражнение «Вырасти большой»</p>
<p style="text-align: center;"><b>II НЕДЕЛЯ</b> №10 №11, с.26</p>	<p>Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за край обруча; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и прыжках с продвижением вперед, развивать короткий вдох через нос, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.</p>	<p><b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> е: в колонну по одному; в колонну по два в движении.</p>	<p style="text-align: center;">ОРУ №5</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному; с изменением темпа: от широкого до семенящего шага. <b>Бег:</b> в колонне по одному.</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. 2. Пролезание в обруч прямо и боком в группировке.</p>	<p>П/и «Я тело берегу»</p>	<p>Дыхательное упражнение «Вырасти большой»</p>
<p><b>Название тематической недели</b></p>		<p style="text-align: center;">Всемирный день животных: домашние животные и птицы</p>					

<p style="text-align: center;"><b>II НЕДЕЛЯ</b> №11 №13, с.28</p>	<p>Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча, продолжать укреплять мышечный корсет позвоночника. Развивать желание играть в игры, проговаривать слова в ходе игры.</p>	<p><b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> е: в колонну по одному; в колонну по два в движении.</p>	<p style="text-align: center;">ОРУ № 6</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному; <b>Бег:</b> в колонне по одному до 1 минуты.</p>	<p>1. На двух ногах через короткие шнуры, положенные на расстоянии 50см. 2. Броски мяча двумя руками от груди друг другу. 3. Ходьба по гимнастической скамье боком приставным шагом.</p>	<p>П/и «Кот и мыши»</p>	<p>Упражнение «Кошечка»</p>
<p style="text-align: center;"><b>II НЕДЕЛЯ</b> №12 №14, с.29</p>	<p>Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча, продолжать укреплять мышечный корсет позвоночника. Развивать желание играть в игры, проговаривать слова в ходе игры.</p>	<p><b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> е: в колонну по одному; в колонну по два в движении.</p>	<p style="text-align: center;">ОРУ № 6</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному; <b>Бег:</b> в колонне по одному до 1 минуты.</p>	<p>1. На двух ногах через короткие шнуры вправо и влево, продвигаясь вперед. 2. Передача (броски) мяча двумя руками от груди. 3. Ходьба по гимнастической скамье боком приставным шагом.</p>	<p>П/и «Кот и мыши»</p>	<p>Упражнение «Кошечка»</p>
<p><b>Название тематической недели</b> <span style="float: right;">Наша пища. Труд повара. Посуда.</span></p>							

<p style="text-align: center;"><b>III НЕДЕЛЯ</b> №13 №16, с.30</p>	<p>Разучить с детьми поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в ходьбе с перешагиванием через кочки; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при прыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу и ползание по гимнастической скамье на четвереньках. Развивать координацию движений, укреплять мышечный корсет позвоночника. Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.</p>	<p><b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному; в колонну по два в движении.</p>	ОРУ № 7	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному; с поворотом, с перешагиванием через предметы <b>Бег:</b> в колонне по одному; с перешагиваем через модули.</p>	<p>1.Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 2.Броски мяча (большой диаметр) друг другу двумя руками из-за головы. 3.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.</p>	<p>П/и «Перенеси шарик в ложке»  П/и Трали – вали»</p>	<p>Упражнение «Посуда»</p>
<p style="text-align: center;"><b>III НЕДЕЛЯ</b> №14 №17, с.32</p>	<p>Закреплять с детьми поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в ходьбе с перешагиванием с набивными мячи; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при прыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу и переползание через препятствия. Развивать координацию движений, укреплять мышечный корсет позвоночника. Воспитывать умение договариваться со сверстниками в игре.</p>	<p><b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному; в колонну по два в движении.</p>	ОРУ № 7	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному; с поворотом. <b>Бег:</b> в колонне по одному; с перешагиваем через модули.</p>	<p>1.Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 2.Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди. 3.Ползание на четвереньках с переползанием через препятствие «Бревно».</p>	<p>П/и «Перенеси шарик в ложке»  П/и «Трали – вали»</p>	<p>Упражнение «Посуда»</p>
<p><b>Название тематической недели</b></p>		<p>День работников автомобильного транспорта: транспорт</p>					

<p><b>IV НЕДЕЛЯ</b> №15 №19, с.34</p>	<p>Учить подлезать под дугу с сохранением устойчивого равновесия, продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу; бег врассыпную; развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель;. Развитие мышц голеностопа. Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.</p>	<p><b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроени</b> <b>е:</b> в колонну по одному; в колонну по два в движении.</p>	<p>ОРУ № 8</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному; с изменением темпа движения. <b>Бег:</b> в колонне по одному; в рассыпную.</p>	<p>1.Метание мяча в горизонтальную цель одной рукой с расстояния 2м. 2.Подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола.</p>	<p>П/и «Займи свободную машину»</p>	<p>Упражнение «Часики»</p>
<p><b>IV НЕДЕЛЯ</b> №16 №20, с.34</p>	<p>Продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу; бег врассыпную; развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель; упражнять в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия. Развитие мышц голеностопа. Закреплять умение соблюдать правила подвижных игр.</p>	<p><b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроени</b> <b>е:</b> в колонну по одному; в колонну по два в движении.</p>	<p>ОРУ № 8</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному; с изменением темпа движения. <b>Бег:</b> в колонне по одному; в рассыпную.</p>	<p>1.Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2,5м. 2.Подлезание по дуги правым и левым плечом вперед поочередно.</p>	<p>П/и «Займи свободную машину»</p>	<p>Упражнение «Часики»</p>

## НОЯБРЬ

	Задачи занятия	Построение, перестроение	Ком. ОРУ	Вводная часть	Основные движения	Подвижные игры	Коррекционные упражнения
<b>Название тематической недели</b>				День единения и примирения: Моя Россия – моя страна, символика страны.			
<b>I НЕДЕЛЯ</b> № 17 №25, с.40	Учить выполнять прыжки на одной ноге, продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием бедра, бег враспынную; разучить перекладывание малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; развивать ловкость и координацию движений; упражнять перебрасывании мяча в шеренгах, развивать и укреплять дыхательную мускулатуру с помощью дыхательных упражнений, способность к самоконтролю, самооценку при выполнении движения.	Построение: в шеренгу; Перестроение: в колонну по одному, в колонну по два в движении	ОРУ № 9	Ходьба: в колонне по одному, с высоким подниманием бедра. Бег: в колонне по одному, в рассыпную, между предметами.	1.Прыжки на одной ноге продвигаясь вперед по прямой. Сначала на правой, потом на левой. 2.Бросание мяча двумя руками снизу друг другу, стоя в шеренгах произносить длительно «уххххх» 3.Ходьба по гимнастической скамейке; перекладывая малый мяч из одной руки в другую.	НРК-Игра «Охота на оленей» .	Дыхательное упражнение «Насос»

<p><b>I НЕДЕЛЯ</b> № 18 №26,с.41</p>	<p>Продолжать отработать навык ходьбы с высоким подниманием бедра, бег враспынную; развивать ловкость и координацию движений; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах, развивать и укреплять дыхательную мускулатуру с помощью дыхательных упражнений, способность к самоконтролю, самооценку при выполнении движения.</p>	<p><b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в колонну по два в движении</p>	<p>ОРУ № 9</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с высоким подниманием бедра. <b>Бег:</b> в колонне по одному, в рассыпную, между предметами.</p>	<p>1 Прыжки по прямой – два прыжка на правой и два на левой ноге попеременно, чередовать до конца дистанции. 2.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы, на расстоянии 3 метров друг от друга.</p>	<p>НРК-Игра «Охота на оленей» .</p>	<p>Дыхательное упражнение «Насос»</p>
<p><b>Название тематической недели</b></p>		<p>Поздняя осень: лиственные деревья</p>					
<p><b>I I НЕДЕЛЯ</b> № 19 №28,с.42</p>	<p>Учить ходьбе широкими выпадами и спиной вперед, закреплять умение отбивать мяч от пола (баскетбольный вариант), упражнять в ползании по скамейке на животе. Развивать и укреплять дыхательную мускулатуру с помощью дыхательных упражнений, способность к самоконтролю, самооценку при выполнении движения.</p>	<p><b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в колонну по три в движении</p>	<p>ОРУ № 10</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному, широкими выпадами, спиной вперед, <b>Бег:</b> в колонне по одному, между предметами.</p>	<p>1.Ведение мяча, продвигаясь вперед шагом. 2.Переползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боком).</p>	<p>П/и «Не оставайся на полу»  П/и «Осенний букет»</p>	<p>Дыхательное упражнение «Листопад»</p>

<p><b>I I НЕДЕЛЯ</b> № 20 №26, с.41</p>	<p>Продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием бедра, «противоходом», закрепить перекидывание малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; развивать ловкость и координацию движений; упражнять и перекидывании мяча в шеренгах. Развивать и укреплять дыхательную мускулатуру с помощью дыхательных упражнений.</p>	<p><b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному,</p>	<p>ОРУ № 10</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с высоким подниманием бедра, спиной вперед «противоходом» <b>Бег:</b> в колонне по одному, в рассыпную, между предметами.</p>	<p>1. Перекидывание малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке 2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы, на расстоянии 3 метров друг от друга.</p>	<p>П/и «Не оставайся на полу»  П/и «Осенний букет»</p>	<p>Дыхательное упражнение «Листопад»</p>
<p><b>Название тематической недели</b></p>		<p>Ямальские просторы: ягоды, грибы</p>					
<p><b>I II НЕДЕЛЯ</b> № 21 №31, с.44</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, ориентируясь на музыку, в беге между предметами («змейкой»); повторить ведение мяча в ходьбе змейкой, продвигаясь до обозначенного места; упражнять в пролезании в обруч, в равновесии. Продолжать укреплять мышцы ног и свод стопы</p>	<p><b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в колонну по два</p>	<p>ОРУ № 11</p>	<p><b>Ходьба:</b> с изменением темпа движения. <b>Бег:</b> в колонне по одному, между предметами, поставленными в ряд.</p>	<p>1. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед змейкой между ориентиров 2. Пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода.</p>	<p>П/и «Мухомор»  П/и «Фрукты, ягоды и грибы»</p>	<p>Упражнение «Подбрось мяч ногами»</p>



<p><b>III НЕДЕЛЯ</b> № 22 №32, с.45</p>	<p>Учить ползать на гимнастической скамье на предплечья и колени, повторить ведение мяча в ходьбе, продвигаясь до обозначенного места, в равновесии. Продолжать укреплять мышцы ног и свод стопы. Вырабатывать силу воли, выносливость, ловкость, терпение в проведении игр.</p>	<p><b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, В три шеренги</p>	<p>ОРУ № 11</p>	<p><b>Ходьба:</b> с изменением темпа движения. <b>Бег:</b> в колонне по одному, между предметами, поставленными в ряд.</p>	<p>1, Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, с опорой на предплечья и колени.</p>	<p>П/и «Мухомор»  П/и «Фрукты, ягоды и грибы»</p>	<p>Упражнение «Подбрось мяч ногами»</p>
<p><b>Название тематической недели</b></p>		<p>День матери</p>					
<p><b>IV НЕДЕЛЯ</b> № 23 №7, с.22</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с поворотом по гимнастической скамейке; упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его после отскока от пола; укрепление мышц туловища, верхних и нижних конечностей, развивать координацию движений, ловкость во время подвижной игры.</p>	<p><b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному.</p>	<p>ОРУ № 12</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному; с веревкой в руках <b>Бег:</b> в колонне по одному в среднем темпе до 1 минуты.</p>	<p>1. Броски мяча вверх и после отскока о пол. То же с хлопком. 2. Ходьба по гимнастической скамье с поворотом на середине скамьи.</p>	<p>П/и «1,2,3 – повтори!»  П/и «Иголка – нитка»</p>	<p>Упражнение «Идем к маме»</p>

<p><b>IV НЕДЕЛЯ</b> № 24 №8, с.23</p>	<p>Упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по канату, укрепление мышц туловища, верхних и нижних конечностей, развивать координацию движений, ловкость во время подвижной игры.</p>	<p><b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному прыжком; в колонну по два в движении.</p>	<p>ОРУ № 12</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному; с высоким подниманием колен; <b>Бег:</b> в колонне по одному в среднем темпе до 1 минуты.</p>	<p>1.Перебрасывание мячей в колонне двумя руками из-за головы педагогу. 2.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 3. Ходьба по канату</p>	<p>П/и «1,2,3 – повтори!»  П/и «Иголка – нитка»</p>	<p>Упражнение «Идем к маме»</p>
<p><b>Название тематической недели</b> Наш город, дом</p>							
<p><b>V НЕДЕЛЯ</b> №25 №22, с.36</p>	<p>Учить детей выполнять прыжки на мат с трех шагов. Закреплять бег с захлестыванием голени, умение пролезать в обруч. Воспитывать интерес к новым подвижным играм, желание участвовать в них, соблюдать правила. Развивать вдох и несколько коротких выдохов.</p>	<p><b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в шеренгу по два</p>	<p>ОРУ № 13</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по два, с поворотом кругом, в колонне по одному. <b>Бег:</b> Обычный бег с обручем в руках чередовать с бегом, сильно захлестывая голени назад, по сигналу надеть обруч на себя</p>	<p>1.Прыжки на двух ногах на препятствие (мат) высотой 20см, с трех шагов. 2.Пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке. Подряд через три обруча, на расстоянии 1 метра друг от друга</p>	<p>П/и «Золотые ворота»</p>	<p>Дыхательное упражнение «Погасить 3-5 свечей»</p>

<b>V НЕДЕЛЯ</b> № 26 №23, с.37	Учить детей перелезать через мягкие модули. Закреплять умение выполнять прыжки на мат с трех шагов, бег с захлестыванием голени. Воспитывать интерес к новым подвижным играм, желание участвовать в них, соблюдать правила. Развивать вдох и несколько коротких выдохов.	<b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по два.	ОРУ № 13	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному. <b>Бег:</b> сильно захлестывая голени назад, по сигналу	1.Прыжки на двух ногах на препятствие (мат) высотой 20см, с трех шагов. 2.Ползание на четвереньках с преодолением препятствий (через мягкий модуль)	П/и «Золотые ворота»	Дыхательное упражнение «Погасить 3-5 свечей»
--------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------	----------	------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------	-------------------------------------------------

## ДЕКАБРЬ

	Задачи занятия	Построение, перестроение	Ком. ОРУ	Ходьба, бег	Основные движения	Подвижные игры	Коррекционные игры и упражнения
<b>Название тематической недели</b>						Зима	

<p><b>I НЕДЕЛЯ</b> № 27 №34, с.46</p>	<p>Продолжать отработать навык ходьбы в колонне по одному с остановкой по сигналу ; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при прыжках на одной ноге, ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Продолжать формировать статическую и динамическую выносливость в процессе игр народов Севера.</p>	<p><b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по три.</p>	<p>ОРУ № 14</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному, в рассыпную, с остановками. <b>Бег:</b> в колонне по одному, в рассыпную.</p>	<p>1.Прыжки на правой и левой ноге до предмета, расстояние 5м. 2.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс.</p>	<p>НРК- «Полярная сова и евражки»</p>	<p>Упр. «Братья ленивцы»</p>
<p><b>II НЕДЕЛЯ</b> № 28 №35, с.47</p>	<p>Продолжать отработать навык ходьбы в колонне по одному с выполнением упражнений ; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и прыжках и ходьбе по балансирам. Продолжать формировать статическую и динамическую выносливость в процессе игр народов Севера</p>	<p><b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по три.</p>	<p>ОРУ № 14</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с выполнением упражнений. <b>Бег:</b> в колонне по одному, в рассыпную.</p>	<p>1.Прыжки на правой и левой ноге до предмета попеременно по 2, расстояние 5м. 2. Ходьба по балансирам</p>	<p>НРК- «Полярная сова и евражки»</p>	<p>«Письмо на ладони»</p>
<p><b>Название тематической недели</b></p>		<p>Хвойные деревья</p>					

<p align="center"><b>II НЕДЕЛЯ</b> № 29 №36, с.47</p>	<p>Упражнять детей в беге колонной по одному с сохранением правильной дистанции друг от друга, в беге между предметами, не задевая их; разучить ходьбу по наклонной доске, сохраняя устойчивое равновесие и правильную осанку; отрабатывать навык прыжка на двух ногах с преодолением препятствий; упражнять в перебрасывании мяча друг другу. Развивать умение сосредотачиваться на вдохе при выполнении упражнения.</p>	<p><b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в колонну по три.</p>	<p align="center">ОРУ № 15</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному, <b>Бег:</b> в колонне по одному, между предметами.</p>	<p>1.Прыжки на двух ногах через деревянные кочки. 2.Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы на расстоянии 2,5м. 3.Ходьба по наклонной доске боком, переход на гимнастическую лестницу.</p>	<p>П/и «Две больших сосны»</p>	<p>Дыхательное упражнение «Дровосек»</p>
<p align="center"><b>II НЕДЕЛЯ</b> № 30 №36, с.47</p>	<p>Упражнять детей в беге колонной по одному с сохранением правильной дистанции друг от друга, разучить ходьбу по наклонной доске, сохраняя устойчивое равновесие и правильную осанку; упражнять в перебрасывании мяча через сетку, прыжках на двух ногах с изменением темпа. Развивать умение сосредотачиваться на вдохе при выполнении упражнения.</p>	<p><b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в колонну по три.</p>	<p align="center">ОРУ № 15</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному, <b>Бег:</b> в колонне по одному, между предметами.</p>	<p>1.Прыжки на двух ногах между набивными мячами, изменяя темп. 2.Броски мяча друг другу двумя руками от груди через сетку.</p>	<p>П/и «Две больших сосны»</p>	<p>Дыхательное упражнение «Дровосек»</p>
<p><b>Название тематической недели</b></p>		<p align="center">Зимующие птицы</p>					

<p><b>III НЕДЕЛЯ</b> № 31 №4, с.51</p>	<p>Учить детей выполнять подскоки. Упражнять в ползании по – пластунски, подбрасывании и ловле мяча. Дать понятие короткого и длинного выдоха, учить детей произносить звуки на выдохе. Выбатывать силу воли, выносливость, ловкость, терпение в проведении игр.</p>	<p><b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в колонну по три.</p>	<p>ОРУ № 16</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному, по малому кругу, с остановками, с поворотом. <b>Бег:</b> в колонне по одному.</p>	<p>1.Подскоки в движении 2.Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. 3.Ползание по - пластунски</p>	<p>П/и «Воробьи и вороны»</p>	<p>Дыхательное упражнение «Ворона»</p>
<p><b>III НЕДЕЛЯ</b> № 32 №5, с.52</p>	<p>Упражнять детей в прыжках попеременно на правой и левой ноге на расстояние 5 метров по заданному маршруту, упражнять в прокатывании набивного мяча по прямой. Дать понятие короткого и длинного выдоха, учить детей произносить звуки на выдохе.</p>	<p><b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в колонну по три.</p>	<p>ОРУ № 16</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному с выполнением упражнений <b>Бег:</b> легкий бег на носках двумя кругами навстречу друг другу</p>	<p>1.Прыжки попеременно на правой и левой ноге на расстояние 5 метров по заданному маршруту. 2.Прокатывание набивного медицинбола.</p>	<p>П/и «Воробьи и вороны»</p>	<p>Дыхательное упражнение «Ворона»</p>
<p><b>Название тематической недели</b></p>		<p>Новый год</p>					
<p><b>IV НЕДЕЛЯ</b> № 33 №7, с.53</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге с приседом; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, упражнять в ползании по гимнастической скамейке с сохранением равновесия. Продолжать тренировать короткий шумный вдох. Воспитывать дружеские отношения в игре.</p>	<p><b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в колонну по три.</p>	<p>ОРУ № 17</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному, в рассыпную, с остановками, <b>Бег:</b> змейкой, по сигналу – присесть, быстро встать и продолжить бег</p>	<p>1.Перебрасывание мяча большого диаметра снизу 2.Ползание на гимнастической скамейке с мешочком на спине. .</p>	<p>П/и «Что висит на ёлке»</p>	<p>Дыхательное упражнение «Часики»</p>







<b>V НЕДЕЛЯ</b> № 39 №16 с.88	Учить прыжкам через короткую скакалку; упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них. Устранение и компенсация деформации осанки, укрепление мышечного каркаса позвоночника.	<b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по три.	ОРУ № 19	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, между предметами <b>Бег:</b> в колонне по одному, между предметами	1.Прыжки через короткую скакалку вращая ее вперед. 2.Пролезание в обруч прямо и боком.	П/и «Много игрушек у нашей Арины»	Упражнение «Солдатики – куклы»
<b>V НЕДЕЛЯ</b> № 40 №17 с.89	Упражнять детей в ходьбе и беге между Предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них. Устранение и компенсация деформации осанки, укрепление мышечного каркаса позвоночника.	<b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по три.	ОРУ №19	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, между предметами <b>Бег:</b> в колонне по одному, между предметами	1.Прыжки через короткую скакалку вращая ее вперед. 2.Пролезание в обруч прямо и боком.	П/и «Много игрушек у нашей Арины»	Упражнение «Солдатики – куклы»

### ФЕВРАЛЬ

	Задачи занятия	Построение, перестроение	Ком. ОРУ	Вводная часть	Основные движения	Игры	Коррекционные упражнения и игры
<b>Название тематической недели</b>	Зимняя одежда, обувь, головные уборы						

<b>I НЕДЕЛЯ</b> № 41 №28, с.70	Учить выполнять перебаты туловища на мате, закреплять навык отбивания мяча о стену, воспитывать желание участвовать в эстафетах, передавать ее ударом по ладони. Развивать фонематическое восприятие, ориентировку в пространстве.,	<b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному	ОРУ № 20	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с остановками. <b>Бег:</b> в колонне по одному, с остановками.	1.Отбивание мяча о стену и ловля его. 2. Упражнение «бревнышко».	Эстафета «Одежда, обувь»	П/и «Чтобы не мёрзнуть никогда!»
<b>I НЕДЕЛЯ</b> № 42 №29, с.71	Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления при прыжках через длинную скакалку; упражнять в бросках малого мяча из одной руки в другую. Развивать фонематическое восприятие, ориентировку в пространстве.,	<b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному,	ОРУ № 20	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с остановками. <b>Бег:</b> в колонне по одному, с остановками.	1.Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую с проговариванием текста стихотворения «Мой веселый звонкий мяч» 2. Прыжки через длинную скакалку.	Эстафета «Одежда, обувь»	П/и «Чтобы не мёрзнуть никогда!»
<b>Название тематической недели</b> <span style="float: right;"><b>День комнатных растений</b></span>							
<b>II НЕДЕЛЯ</b> № 43 №31, с.71	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий и беге между предметами; учить метанию мешочков в вертикальную цель; упражнять в подлезании под дугу. Развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах.	<b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному,	ОРУ № 19	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с выполнением заданий <b>Бег:</b> в колонне по одному, между предметами	1.Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча на расстоянии 2,5 метра 2.Подлезание под дугу (высота 40см).	Эстафета «Кто быстрее»	П/и в начале занятия «Роза, фиалка, кактус»

<b>II НЕДЕЛЯ</b> № 44 №32, с.72	Продолжать учить метанию мешочков в вертикальную цель; упражнять в ползании по гимнастической скамье на четвереньках с мешочком на спине. Развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах.	<b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в колонну по три.	ОРУ № 19	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с выполнением заданий <b>Бег:</b> в колонне по одному, между предметами	1.Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча на расстоянии 3 метра 2.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	П/и « Цветочные горшочки»	П/и в начале занятия «Роза, фиалка, кактус»	
<b>Название тематической недели</b>		День защитника Отечества						
<b>III НЕДЕЛЯ</b> № 45 №34, с.73	Упражнять детей в медленном непрерывном беге; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать выдержку и внимание в играх.	<b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в колонну по три.	ОРУ № 18	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, в рассыпную. <b>Бег:</b> в колонне по одному до 1 минуты,	1.Лазанье по гимнастической стенке разноименным способом и передвижение по четвертой рейке. 2.Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой.	П/и « Ловкие солдаты»	П/и « У солдат порядок строгий»	
<b>III НЕДЕЛЯ</b> № 46 №35 с.74	Упражнять детей в медленном непрерывном беге; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в ведении мяча. Развивать выдержку и внимание в играх	<b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в колонну по три.	ОРУ № 18	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, в рассыпную. <b>Бег:</b> в колонне по одному до 1 минуты,	1.Ведение мяча одной рукой. 2.Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом.	П/и « Ловкие солдаты»	П/и « У солдат порядок строгий»	
<b>Название тематической недели</b>		Мебель						

<b>IV НЕДЕЛЯ</b> № 47 №1 с.76	Учить ходить по канату (шнуру) с мешочком на голове, удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку; упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер.	<b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в колонну по три.	ОРУ № 17	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, <b>Бег:</b> в колонне по одному, с изменением направления движения.	1.Прыжки из обруча в обруч (40 см между обручами) 2.Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола. 3.Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс.	П/и «Ровным кругом»	П/и «Займи свободный стульчик»
<b>IV НЕДЕЛЯ</b> № 48 №2 с.77	Учить ходить по канату (шнуру) с мешочком на голове, удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку; упражнять в прыжках через набивные мячи и перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер. Развивать желание участвовать в эстафетах.	<b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в колонну по три.	ОРУ № 17	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, в рассыпную. <b>Бег:</b> в колонне по одному, с изменением направления движения. в рассыпную.	1.Прыжки на двух ногах через набивные мячи. 2.Перебрасывание мяча друг другу и ловля его с хлопком в ладоши после отскока от пола. 3.Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс.	Эстафета «Погрузи мебель в машину» .	

### МАРТ

	Задачи занятия	Построение, перестроение	Ком. ОРУ	Вводная часть	Основные движения	Подвижная игра	Коррекционные упражнения
<b>Название тематической недели</b>	Международный женский день: мамы профессии						

<b>I НЕДЕЛЯ</b> № 49 №4 с.79	Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель. Развивать желание играть в игры с речевым сопровождением. Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре	<b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в круг, в колонну по три.	ОРУ № 16	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с изменением направления движения. <b>Бег:</b> в колонне по одному,	1.Прыжки в высоту с разбега. (высота 30 см) 2.Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча. (5-браз)	П/и «Поможем повару»	Игра «Мы пойдем к маме»
<b>I НЕДЕЛЯ</b> № 50 №5 с.80	Продолжать учить прыгать в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель. Выработать силу воли, выносливость, ловкость посредством использования специально подобранных игр, игровых упражнений. Совершенствовать функции дыхания. Воспитывать желание играть в хороводные игры с речевым сопровождением.	<b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в круг, в колонну по три.	ОРУ № 16	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с изменением направления движения. <b>Бег:</b> в колонне по одному, с изменением направления движения. в рассыпную, между кубиками.	1.Прыжки в высоту с разбега. (высота 30 см) «Выше всех» 2.Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча «Самый меткий». (5-браз)	П/и «Праздник мам»	Игра «перышки»
<b>Название тематической недели</b> Весна: изменения в природе							
<b>II НЕДЕЛЯ</b> № 51 №7 с.81	Упражнять в равновесии выполняя прыжки через шнуры вправо и влево. Выработать силу воли, выносливость при лазании по гимнастической скамье на ладонях и ступнях, ловкость посредством использования специально подобранных игр, игровых упражнений	<b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в круг, в колонну по три.	ОРУ № 15	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с изменением темпа. <b>Бег:</b> в колонне по одному, с изменением темпа	1.Прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперед. 2.Лазанье по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.	П/и «Ручейки и озера»	П/и «Зима и весна»

<p><b>II НЕДЕЛЯ</b> № 52 №8 с.82</p>	<p>Упражнять в равновесии выполняя прыжки на одной ноге. Выбатывать силу воли, выносливость при лазании по гимнастической скамье на ладонях и ступнях, ловкость посредством использования специально подобранных игр, игровых упражнений</p>	<p><b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в круг, в колонну по три.</p>	<p>ОРУ № 15</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с изменением темпа. <b>Бег:</b> в колонне по одному, с изменением темпа</p>	<p>1.Прыжки из обруча в обруч на двух ногах, на правой и левой ноге. 2.Лазанье по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.</p>	<p>П/и «Ручейки и озера»</p>	<p>П/и «Зима и весна»</p>	
<p><b>Название тематической недели</b></p>		<p>Всемирный день водных ресурсов: рыбы</p>						
<p><b>III НЕДЕЛЯ</b> № 53 №10 с.83</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель; упражнять в подлезании под дугу в группировке и равновесии. Продолжать укреплять нижние конечности. Воспитывать дружеские отношения в игре.</p>	<p><b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по два.</p>	<p>ОРУ № 14</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному,  <b>Бег:</b> в колонне по одному,</p>	<p>1.Метание мешочков в горизонтальную цель (3м). 2.Лазание под дугу боком.</p>	<p>П/и «Караси и щука»</p>	<p>Упражнение «Лягушата»</p>	
<p><b>III НЕДЕЛЯ</b> № 54 №10 с.84</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель; упражнять в равновесии при ходьбе по балансирам. Продолжать укреплять нижние конечности. Воспитывать дружеские отношения в игре.</p>	<p><b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по два.</p>	<p>ОРУ № 14</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному, в рассыпную <b>Бег:</b> в колонне по одному, в рассыпную</p>	<p>1.Метание мешочков в горизонтальную цель (3м). 2.Ходьба по балансирам «Кочкам»</p>	<p>П/и «Что я видел под водой»</p>	<p>Упражнение «Лягушата»</p>	
<p><b>Название тематической недели</b></p>		<p>День оленевода: Дикие животные наших лесов</p>						

<b>IV НЕДЕЛЯ</b> № 55 №13 с.86	Учить выполнять прыжки через нейроскакалку. Продолжать отрабатывать точные броски мяча из-за головы. Формировать статическую и динамическую выносливость в процессе игр народов Севера	<b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по три.	ОРУ № 13	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с перешагиванием через шнуры. <b>Бег:</b> в колонне по одному	1.Прыжки на нейроскакалке 2.Броски мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах друг другу.	П/и «Стой олень»  НРК	
<b>IV НЕДЕЛЯ</b> № 56 №14 с.87	Продолжать учить выполнять прыжки через нейроскакалку, отрабатывать точные броски малого мяча из одной руки в другую. Формирование навыков правильной осанки, укрепление мышц туловища. Выбатывать статическую и динамическую выносливость в процессе игр народов Севера.	<b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по три.	ОРУ № 13	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с перешагиванием через шнуры. <b>Бег:</b> в колонне по одному, в рассыпную	1.Броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. Прыжки на нейроскакалке.	П/и «Стой олень»  НРК	Упражнение «Еж с ежатами»

### АПРЕЛЬ

	Задачи занятия	Построение, перестроение	Ком. ОРУ	Вводная часть	Основные движения	Подвижная игра	Коррекционные упражнения
<b>Название тематической недели</b>							Международный день детской книги

<b>I НЕДЕЛЯ</b> № 57 №19 с.90	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге врассыпную; закреплять исходное положение при метании мешочков в корзину; упражнять в лазании, воспитывать дружеские взаимоотношения в ходе игры.	<b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному	ОРУ № 11	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с выполнением заданий, с перешагиванием через предметы. <b>Бег:</b> в колонне по одному, змейкой.	1.Метание мешочков в корзину расстояния 2,5м одной рукой от плеча 2.Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом.	П/и «Удочка»	Упр. «Замок»
<b>I НЕДЕЛЯ</b> № 58 №20 с.91	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне с остановкой по сигналу воспитателя, в беге врассыпную; закреплять исходное положение при метании мешочков в вертикальную цель; упражнять в ползании и равновесии.	<b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному	ОРУ № 11	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с выполнением заданий <b>Бег:</b> в колонне по одному, змейкой	1.Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3м правой и левой рукой. 2.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях.	П/и «Удочка»	Игра «Сидячий футбол»
<b>Название тематической недели</b> <span style="float: right;">День космонавтики</span>							
<b>II НЕДЕЛЯ</b> № 59 №22 с.92	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной между предметами; закреплять навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом; упражнять в равновесии и прыжках.	<b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по три.	ОРУ № 10	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, между предметами <b>Бег:</b> в колонне по одному, между предметами.	1.Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед. 2.Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом.	П/и «Быстрые ракеты»	Игра «Подпрыгни и подуй на шарик.



<b>II НЕДЕЛЯ</b> № 60 №23 с.93	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной между предметами; закреплять навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом; упражнять в равновесии и прыжках.	<b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по три.	ОРУ № 10	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, между предметами <b>Бег:</b> в колонне по одному,	1.Перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед. 2.Лазание на гимнастическую стенку произвольным способом,	П/и «Поймай дракона за хвост»	
<b>Название тематической недели</b>		Вороний день: перелетные птицы					
<b>III НЕДЕЛЯ</b> № 61 №25 с.94	Упражнять детей в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; упражнять в перешагивании через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; отрабатывать навыки ведения мяча. Развивать координацию движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по три.	ОРУ № 9	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с поворотом. <b>Бег:</b> в колонне по одному, с поворотом	1.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до флажка. 2.Отбивание мяча от пола с продвижением вперед.	П/и «Воробьи и вороны»	Игра «Прыжки с кочку на кочку»"

<p style="text-align: center;"><b>III НЕДЕЛЯ</b> № 62 №26 с.95</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; упражнять в перешагивании через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; отрабатывать навыки отбивания мяча о стену. Развитие координационных движений.</p>	<p><b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по три.</p>	<p>ОРУ № 9</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с поворотом. <b>Бег:</b> в колонне по одному, с поворотом</p>	<p>1.Прыжки попеременно на правой и левой ноге продвигаясь вперед «Кто дальше» 2. И м/п «Мой веселый звонкий мяч».</p>	<p>П/и «Воробьи и вороны»</p>	<p>Игра «Голуби»</p>
<p><b>Название тематической недели</b></p>		<p>Всемирный день Земли: растения луга и сада</p>					
<p style="text-align: center;"><b>IV НЕДЕЛЯ</b> № 63 №28 с.96</p>	<p>Упражнять в перебрасывании мяча в парах, прыжках в длину разбега. Развивать ловкость, смекалку в подвижных играх, моторику мышц кисти. Воспитывать желание придумывать усложнение к играм.</p>	<p><b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по три.</p>	<p>ОРУ № 8</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с перешагиванием через шнуры. <b>Бег:</b> в колонне по одному, с перешагиванием через шнуры.</p>	<p>1.Прыжки в длину с разбега. 2.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди. (8-10 раз)</p>	<p>П/и «На зеленом на лугу»</p>	<p>Игра «прижми палец»</p>

<b>IV НЕДЕЛЯ</b> № 64 №29 с.97	Упражнять в перебрасывании мяча в парах, лазании в обруч прямо и боком. Развивать ловкость, смекалку в подвижных играх. Воспитывать желание придумывать усложнение к играм.	<b>Построение:</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по три.	ОРУ № 8	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с перешагиванием через шнуры. <b>Бег:</b> в колонне по одному, с перешагиванием через шнуры.	1.Броски мяча о пол и ловля его двумя руками, броски мяча вверх одной рукой и ловля его двумя. 2.Лазание в обруч прямо и боком.	П/и «Садовник»	
--------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------	---------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------	--

### МАЙ

	Задачи занятия	Построение, перестроение	Ком. ОРУ	Вводная часть	Основные движения	Подвижные игры	Коррекционные упражнения
<b>Название тематической недели</b> Праздники весны: праздник Весны и Труда, День Победы							
<b>I НЕДЕЛЯ</b> № 65 № 34, с.100	Упражнять детей в ходьбе с замедлением и ускорением темпа движения; закреплять навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить ходьбу с перешагиванием через набивные мячи и прыжки между кеглями.	<b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по три.	ОРУ № 7	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с изменением темпа <b>Бег:</b> в колонне по одному, с изменением темпа.	1.Бросание мяча в баскетбольное кольцо. 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хватом сбоку.	П/и «Веселая маршировка»	

<b>I НЕДЕЛЯ</b> № 66 № 35, с.100	Упражнять детей в ходьбе с замедлением и ускорением темпа движения; закреплять навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить ходьбу с перешагиванием через набивные мячи и прыжки между кеглями.	<b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по три.	ОРУ № 7	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с изменением темпа <b>Бег:</b> в колонне по одному, с изменением темпа.	1.Лазанье по гимнастической стенке с переходом с пролета на пролет. 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хватом сбоку.	П/и «Пограничник на границе»	
<b>Название тематической недели</b>		Международный день семьи: моя семья					
<b>II НЕДЕЛЯ</b> № 67	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; закрепить умение выполнять прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.	<b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по три.	ОРУ № 6	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с перешагиванием через предметы <b>Бег:</b> в колонне по одному перешагиванием через предметы	1.Перебрасывание мяча друг другу от груди 2.Лазанье по гимнастической стенке с переходом с пролета на пролет.	П/и «Семья»	
<b>II НЕДЕЛЯ</b> № 68	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; закрепить умение выполнять прыжок в длину с разбега; упражнять в забрасывании мяча в кольцо.	<b>Построение</b> в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, по три.	ОРУ № 6	<b>Ходьба:</b> в колонне по одному, <b>Бег:</b> в колонне по одному	1.Метание мешочком в мишень. 2.Ходьба по балансирам		
<b>Название тематической недели</b>		Экологические вести: насекомые					

<p style="text-align: center;"><b>III НЕДЕЛЯ</b> № 69 №25, с.68</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, в непрерывном беге до 1,5 мин; продолжают учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину.</p>	<p><b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в колонну по три.</p>	<p style="text-align: center;">ОРУ № 5</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному, с изменением направления. <b>Бег:</b> в колонне по одному, в рассыпную, до 1 минуты, с изменением направления.</p>	<p>1.Прыжки через полуцилиндры. 2.Бросание мяча в баскетбольное кольцо с 2 метров двумя руками из-за головы.</p>	<p>П/и «Пчелки и ласточка»</p>	
<p style="text-align: center;"><b>III НЕДЕЛЯ</b> № 70 №26, с.69</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, в непрерывном беге до 1,5 мин; продолжают учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину.</p>	<p><b>Построение</b> : в шеренгу; <b>Перестроение:</b> в колонну по одному, в колонну по три.</p>	<p style="text-align: center;">ОРУ № 5</p>	<p><b>Ходьба:</b> в колонне по одному, в рассыпную, с изменением направления. <b>Бег:</b> в колонне по одному, в рассыпную, до 1 минуты, с изменением направления.</p>	<p>1.Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. 2.Прыжки через полуцилиндры.</p>	<p>П/и «Пчелки и ласточка»</p>	
	<p><b>Название тематической недели</b></p>		<p style="text-align: center;">День защиты детей</p>				

<p style="text-align: center;"><b>IV НЕДЕЛЯ</b> № 71 ОРУ № 4</p>	<p>Упражнять в сохранении устойчивого и динамического равновесия и прыжках в длину с места; в беге на 30 м.; в метании мешочков вдаль правой (левой) рукой. Развивать координацию движений, ловкость, внимание, глазомер. Формировать навык правильной осанки. Дать понятие короткого и длинного выдоха, учить детей произносить звуки на выдохе. Воспитывать отзывчивость на слова взрослого.</p>	<p>Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному. Перестроение в 2-3 колонны.</p>	<p style="text-align: center;">ОРУ № 1</p>	<p>Ходьба на носках, пятках, скрестный шаг. Легкий бег, бег змейкой. Скорость бега на 30 м,(сек.)</p>	<p>1.Прыжки в длину с места 2. Метание мешочков с песком вдаль правой (левой) рукой</p>	<p>П/и «Попади в шляпу»  НРК - «Хейро»</p>	<p>Упражнение «Ходим в шляпах»</p>
<p style="text-align: center;">№ 72 ОРУ №4</p>	<p>Упражнять в сохранении устойчивого и динамического равновесия и прыжках с продвижением вперед; укреплять мышечный корсет; координировать движения рук с дыхательными движениями грудной клетки во время метания; воспитывать организованность; настойчивость. Развивать силу воли, выносливость, ловкость посредством использования специально подобранных игр.</p>	<p>Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному. Перестроение в 2-3 колонны.</p>	<p style="text-align: center;">ОРУ № 1</p>	<p>Ходьба на носках, пятках, скрестный шаг. .Легкий бег, бег змейкой.  Скорость бега на 30 м,(сек.)</p>	<p>1.Прыжки с продвижением вперед. 2. Метание мешочков с песком вдаль правой (левой) рукой</p>	<p>П/и «Забавные шляпы»  НРК - «Хейро»</p>	<p>Упражнение «Ходим в шляпах»</p>

**Показатели физической подготовленности обучающихся**

№	Показатели ФИО ребенка	Возраст		Скорость бега на 10 м, с		Скорость бега на 30 м, с		Длина прыжка с места, см		Дальность броска мешочка с		Дальность броска мешочка с		Наклон туловища вперед		Продолжительность бега, мин		Мышечная сила правой		Мышечная сила левой кисти, кг		Общий уровень двигательный	
		С	Ф	С	Ф	С	Ф	С	Ф	С	Ф	С	Ф	С	Ф	С	Ф	С	Ф	С	Ф		

**Средние возрастно-половые значения показателей развития физических качеств детей 4-7 лет**

Показатели	Название теста	Пол	Возраст			
			4 года	5 лет	6 лет	7 лет
Скорость бега на 10 м, с	Самый быстрый	Мальчики	3,0—2,3	2,6—2,1	2,5—1,8	2,3—1,7
		Девочки	3,2—2,4	2,8—2,2	2,7—1,9	2,6—1,9
Скорость бега на 30 м, с	Самый быстрый	Мальчики	9,8—7,9	8,8—7,0	7,6—6,5	7,0—6,0
		Девочки	10,2—7,9	9,1—7,1	8,4—6,5	8,3—6,3
Длина прыжка с места, см	Кенгуру	Мальчики	64—92	82—107	95—132	112—140

		Девочки	60—88	77—103	92—121	97—129
Дальность броска мешочка с песком правой рукой, м	Тайное послание	Мальчики	2,5—4,0	4,0—6,0	4,5—8,0	6,0—10,0
		Девочки	2,5—3,5	3,0—4,5	3,5—5,5	4,0—7,0
Дальность броска мешочка с песком левой рукой, м	Тайное послание	Мальчики	2,0—3,5	2,5—4,0	3,5—5,5	4,0—7,0
		Девочки	2,0—3,0	2,5—3,5	3,0—5,0	3,5—5,5
Наклон туловища вперёд сидя, см	Гимнастика	Мальчики	3—5	4—7	5—8	6—9
		Девочки	5—8	6—9	7—10	8—12
Продолжительность бега в медленном темпе, мин	Бегуны	Мальчики	1,0	1,5	2,0	2,5
		Девочки	1,0	1,5	2,0	2,5