

ХАНТЫ-МАНСИЙСКИЙ АВТОНОМНЫЙ ОКРУГ - ЮГРА
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Когалыма «Сказка»

Принята на заседании
педагогического совета

От «31» 08.2022г.

Протокол № 1 от 31.08.2022г.



Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа
для детей 5-7 лет с тяжелыми нарушениями речи

«Трамплин Надежного Развития»

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень освоения программы - базовый

Срок реализации - 2 года

Разработчик:

Соломкина Алия Константиновна

Педагог дополнительного образования



г. Когалым, 2022 г.

Содержание

1	Пояснительная записка	3
2	Актуальность	3
3	Планируемые результаты освоения общеобразовательной программы	6
4	Способы определения результативности	7
5	Учебно-тематический план на 1-й год обучения	20
6	Учебно-тематический план на 2-й год обучения	20
7	Календарный (тематический) план 1-й год обучения	21
8	Календарный (тематический) план 2-й год обучения	22
9	Содержание программы	25
10	Учебно-методическое и организационное обеспечение Программы	56
11	Список литературы	57
12	Список литературы для родителей (законных представителей)	58
13	ПРИЛОЖЕНИЕ	59
14	Приложение 1	59

Пояснительная записка

С **Аннотацией** к адаптированной дополнительной общеобразовательной программе для детей старшего дошкольного возраста с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) «**Трамплин Надежного Развития**» можно ознакомиться пройдя [по ссылке](#).

Дополнительная программа направлена на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья дошкольников и удовлетворение индивидуальных потребностей детей в физическом совершенствовании. Разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Указом Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года», определяющего одной из национальных целей развития Российской Федерации предоставление возможности для самореализации и развития талантов;
- Национальным проектом «Образование»;
- Федеральным проектом «Успех каждого ребенка»;
- «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года» от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Конвенция о правах ребенка;
- Конституция Российской Федерации;
- «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г;
- Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 24 ноября 2020 г. № 3081-р);
- О Государственной программе Ханты-Мансийского автономного округа-Югры «Развитие физической культуры и спорта в Ханты-Мансийском автономном округе - Югре на 2018-2025 годы и на период до 2030 года» (постановление от 9 октября 2013 года №422-п);
- Постановление правительство ХМАО-Югры от 13.12.2013 № 543-п «Об организации инклюзивного образования лиц с ограниченными возможностями здоровья в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»;
- Постановление Администрации города Когалыма от 11.10.2013 №2920 «Развитие физической культуры и спорта в городе Когалыме» (с изменениями от 15.10.2021г. №2061);

- Постановление Администрации города Когалыма от 05.05.2022 №1047 об Организации инклюзивного образования лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях города Когалыма.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Актуальность программы обусловлена необходимостью усовершенствования коррекционно-развивающего процесса, организованного для детей с ТНР, и создания благоприятных условий для коррекции речедвигательных нарушений средствами физической культуры.

АДОП «Трамплин Надежного Развития» является механизмом для подтягивания отстающих двигательных навыков и средством повышения качества физического развития и способствует вовлечению детей с ТНР (и другими нозологиями) в массовый спорт, развивает у них командные, индивидуальные и игровые виды деятельности, способствующие физическому, духовному, интеллектуальному и патриотическому воспитанию.

Новизной АДОП «Трамплин Надежного Развития» состоит в том, что в основу программы легла авторская методика Соломкиной А.К., инструктора по физической культуре, педагога дополнительного образования МАДОУ «Сказка», соискателя (*защита диссертации планируется в «Национальном государственном университете физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»*). Разработанная авторская методика направлена на коррекцию нарушений опорно-двигательного аппарата детей старшего дошкольного возраста с тяжелыми нарушениями речи, проживающих в условиях Крайнего Севера, с учетом индивидуальных возможностей, образовательных потребностей, возрастных и психофизических особенностей.

Авторская методика включает в себя механизм повышения качества двигательной активности детей старшего дошкольного возраста с ТНР через коррекцию опорно-двигательного аппарата и речедвигательных нарушений.

Занятия в рамках методики включают: логоритмику с использованием степ-платформы и полусферы Босу; подвижные игры в бассейне с элементами логопедических упражнений; упражнения для развития опорно-двигательного аппарата; подвижные игры с элементами логопедических упражнений; плавание с элементами логопедических упражнений.

Авторская методика включает в себя систему комплексного сопровождения семей, воспитывающих детей с ТНР. Данная система реализуется через организацию совместных занятий детей и родителей, направленных на повышение качества двигательной активности членов семьи, формирование потребности в здоровом образе жизни и спорте (представлена в приложении №1). Аннотация основных методических разработок к адаптированной дополнительной общеобразовательной программе для детей 5-7 с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) представлена [по ссылке](#).

Цель программы: создание условий для повышения качества двигательной активности, способствующих коррекции речедвигательных нарушений у детей 5-7 лет с тяжелыми нарушениями речи.

Задачи:

Образовательные:

1. Развивать физические качества, значимые в процессе коррекции нарушений ОДА у детей с ТНР (сила, гибкость, координация);
2. Обогащать двигательный опыт с учетом образовательных потребностей, возрастных и психофизиологических особенностей детей с ТНР;
3. Развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, ориентировку в пространстве;
4. Содействовать коррекции речевых нарушений через развитие общей моторики и координации движений;
5. Активизировать познавательные процессы детей 5-7 лет с ТНР для повышения качества образовательных результатов;
6. Формировать у детей умение оценивать выполнение норматива с помощью разработанных шкал;
7. Мотивировать детей к двигательной активности и участию в спортивных соревнованиях.

Воспитательные:

1. Разработать систему комплексного сопровождения семьи, воспитывающего ребенка с ТНР в вопросах повышения качества двигательной активности;
2. Формировать ценностное отношение детей и родителей (законных представителей) к здоровому образу жизни;
3. Воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных играх и спортивных соревнованиях для семей воспитанников;
4. Формировать осознанную потребность в двигательной активности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным играм у детей и семей воспитанников;
5. Формировать представления о видах спорта и профессиях в спортивной деятельности.

Оздоровительные:

1. Сохранять и укреплять здоровье детей средствами адаптивной физической культуры;
2. Расширять и уточнять представления о здоровом образе жизни;
3. Формировать правильный цикл дыхания в процессе физкультурных занятий.

Коррекционно-развивающие:

1. Способствовать коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата;
2. Способствовать профилактике плоскостопия;
3. Способствовать коррекции речедвигательных нарушений.

Категория обучающихся – дети 5-7 лет с тяжелыми нарушениями речи

Срок реализации: 2 года (75 часов)

Формы организации образовательной деятельности и режим занятий:

групповые занятия, 8-10 человек

Режим занятий:

- На первом году обучения - один раз в неделю - 25 мин;
- На втором году обучения - один раз в неделю - 30 мин.

Планируемые результаты освоения общеобразовательной программы

По окончании первого года обучения

Дети будут знать:

- упражнения для развития физических качеств (сила, гибкость, координация);
- технику диафрагмального дыхания;
- технику расслабления и напряжения мышц;
- о значимости здорового образа жизни;
- о возможностях участия в соревнованиях иметь представления о видах спорта.

Дети будут уметь:

- выполнять скольжение в воде в различных вариациях;
- выполнять самомассаж через миофасциальное расслабление;
- выполнять упражнения в соответствии с заданным темпом, ритмом и скоростью для коррекции речевых нарушений.

По окончании второго года обучения

Дети будут знать:

- алгоритм выполнения шагов с использованием степ-платформы для активизации познавательных процессов и коррекции речевых нарушений;
- перечень комплексов упражнений с сюжетным сопровождением.

По окончании второго года обучения дети будут уметь:

- выполнять сложно-координационные упражнения в различных вариациях для коррекции речевых нарушений;
- выполнять упражнения с элементами йоги и пилатеса;
- выполнять одновременные согласованные движения (разноименные и разнонаправленные) для коррекции речевых нарушений;
- выполнять правильный цикл дыхания при передвижении в воде;
- выполнять миофасциальное расслабление с использованием различного оборудования (валик, мяч, арахис);
- уметь оценивать выполненный норматив с использованием разработанной шкалы.

Дети:

- совместно с родителями примут участие в спортивных мероприятиях, семейных соревнованиях патриотической направленности;
- примут участие в спортивных соревнованиях «ГТО для дошкольников» на муниципальном уровне;
- успешно освоят адаптированную образовательную программу детей старшего дошкольного возраста с ТНР.

Способы определения результативности

Формы контроля и оценочные материалы:

1. Определение качества двигательной активности и логопедическое обследование.

Тесты на определение состояния опорно-двигательного аппарата

1) *Определение выносливости мышц спины (Е.Б. Лейтан, 2014)*

В исходном положении лёжа на животе, ребёнок разгибает и удерживает верхнюю часть туловища. Тест проводится лёжа на кушетке на уровне гребней подвздошных костей. Туловище находится на весу, ноги фиксируются, руки на поясе.

Время удержания туловища определяется по секундомеру и равно: для детей 5-10 лет 40 сек.- 1,2 мин.



2) *Определение выносливости мышц живота (динамический тест) (Е.Б. Лейтан, 2014)*

Исходное положение, лёжа на спине, ноги зафиксированы, руки за головой, определяется количество переходов из положения лёжа на спине в положение сед. Норма для детей 5-10 лет 12-18 раз, за 30 сек.



3) *Определение выносливости мышц живота (статический тест) (Е.Б. Лейтан, 2014)*

Исходное положение, лёжа на спине, голова не касается пола, прямые ноги находятся под углом 60 градусов, руки перед

собой. Определяют время удержания туловища в этом положении до появления покачивания или самостоятельного прекращения теста. Норматив для детей 5-10 лет 40-1,2 мин.

4) Определение подвижности суставов позвоночника. (Е.Б. Лейтан, 2014)

Оценивается в положении стоя. При наклоне вперед измеряется расстояние от конца среднего пальца до пола. Данный тест оценивается по 3-х бальной шкале, в зависимости от гибкости позвоночника. Если ребенок не может достать кончиками пальцев до пола, записывается: минус х сантиметров; если может положить ладонь на пол, записывается: плюс х сантиметров.



5) Определение подвижности плечевых суставов (Ж.К. Холодов, 2004, А.В. Чоговадзе, 1988г.)

Взявшись за концы гимнастической палки (веревки), выполняет выкрут прямых рук назад. Подвижность плечевого сустава оценивают по расстоянию между кистями рук при выкруте: чем меньше расстояние, тем выше гибкость этого сустава, и наоборот. Кроме того, наименьшее расстояние между кистями рук сравнивается с шириной плечевого пояса испытуемого.



Тесты на выявление асимметрии (смещений, наклонов, сгибаний, вращений) в состоянии ОДА

6) Метод вычисления ромба Мошкова (М. Е. Снигур, 2014)

На задней поверхности туловища дермографическим карандашом обозначьте следующие точки:

- 7 шейный позвонок;
- нижние углы лопаток;
- 5 поясничный позвонок

Сантиметровой лентой справа и слева измерьте расстояние М1, М2). Рассчитайте разницу между отрезками L1 и L2, а также М1 и М2. Оцените состояние позвоночника по результатам измерения ромба Машкова между

вершинами остистых отростков и углами лопаток (отрезки L1, L2). Внесите результаты в таблицу итогового протокола занятия.

Оценка результатов:

При разнице 0,5 см и более определяется асимметрия осанки.

7) Визуальная диагностика состояния

ОДА (Т.В. Myers. 2010)

Для проведения диагностики ребенок становится у плаката, где расчерчена сетка, на расстоянии 150 см. и делается фотография во фронтальной плоскости (вид сзади и спереди), сагиттальной плоскости (вид сбоку) и сверху. В ходе диагностики ОДА у детей старшего дошкольного возраста.

Во фронтальной плоскости, вид спереди мы определяли состояние:

- Нижних границ шейного региона и верхних границ грудного региона (линия, проходящая через грудино-ключичные суставы и соединяющая акромиальные отростки) относительно друг друга;
- Грудного отдела позвоночного столба;
- Подвздошных гребней тазовой кости относительно друг друга.

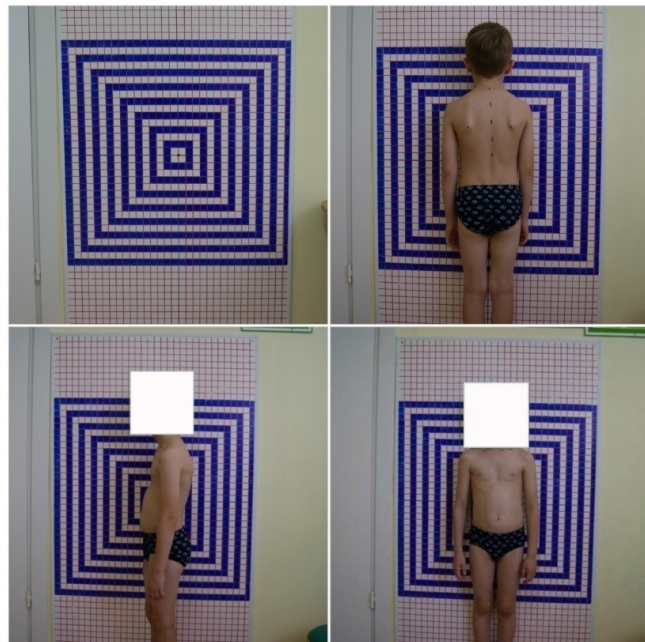
Во фронтальной плоскости, вид сзади, мы определяли состояние:

- Верхних границ плечевого региона (линия, проходящая через большие бугры плечевых костей) относительно друг друга;
- Нижних границ тазового региона (линия, проходящая через нижние концы седалищных бугров) относительно друг друга.

В сагиттальной плоскости мы определяли состояние:

- Нижних границ шейного региона и верхних границ грудного региона (горизонтальная линия, проходящая через акромиально-ключичные суставы) относительно грудной клетки;
- Нижних границ поясничного региона и верхних границ тазового пояса (линия, соединяющая впадину, расположенную ниже передней верхней подвздошной ости, и заднюю верхнюю подвздошную ость) относительно стоп;
- Нижних границ бедренного региона (линия, соединяющая верхний край надколенника и задний край латерального мыщелка бедренной кости) относительно стоп.

Изучая ОДА сверху, определяем состояние



- Нижних границ шейного региона и верхних границ грудного региона (линия, соединяющая акромиально-ключевые суставы) относительно таза.

Все фотографии необходимо выполнять на одном расстоянии, под одним углом, применяя штатив для фиксации камеры в одном положении.

8) Определение плоскостопия

(В.А. Штритера, 1996г.)

На чистом листе бумаги делаем отпечаток стоп. Стопы, предварительно смазывают краской или кремом. При выполнении отпечатка необходимо, чтобы туловище было прямое, ноги вместе, для того чтобы тяжесть тела могла распределиться равномерно. На бумаге останется четкий отпечаток стоп, который нужно будет обвести карандашом.

На отпечатке стопы линией АВ соединяли внутренний край носка и пятки по касательной. Обозначали буквой А точку касания линии выпуклого края носка, а буквой В - точку касания линией выпуклого края пятки. Линией СД соединяли основание второго пальца и середину пятки.

Находили середину линии АВ (точка с), из нее проводили перпендикуляр к линии СД, пересекающий боковые края стопы (наружный край и верхний край) в точках, а и в. Измеряли расстояние ас и аb в см [17].

Оценку отпечатка стопы проводили по процентному отношению ас к аb, для этого величину ас разделите на аb и умножали на 100:

Показатели

полая стопа - 0- 0,25;

нормальная - 0,26 - 0,45;

уплощенная (I ст.) - 0,46 - 0,49;

уплощенная (II ст.) - 0,5 - 0,75;

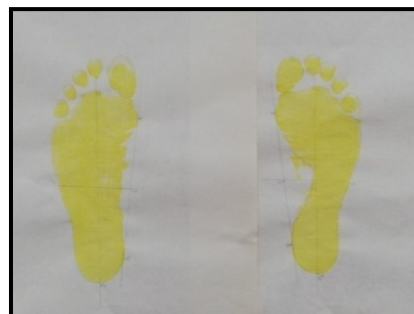
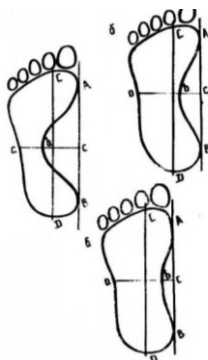
плоская - 0,76 - 1

Норма для детей с учетом возраста:

7 лет - 0,44 - 0,54;

8 лет - 0,41- 0,53;

Далее выполняем фотографию, и сопоставляем с отпечатками стоп.



Тесты на определение физических качеств (тесты ВФСК ГТО)

 МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ		 Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»		ДИРЕКЦИЯ СПОРТИВНЫХ и СОЦИАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ		 ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОПЕРАТОР ВСЕРОССИЙСКОГО КОМПЛЕКСА ГТО		
Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)								
ПЕРВАЯ СТУПЕНЬ (возрастная группа от 6 до 7 лет включительно)								
№ п/п	Наименование испытания (теста)	Нормативы						Физические качества, прик- ладные навыки и умения
		Мальчики			Девочки			
								
Обязательные испытания (тесты)								
1.	Бег 10 м (с)	3,8	3,4	3,1	4,0	3,6	3,3	Скоростные возможности
	Бег на 30 м (с)	9,6	8,6	8,3	10,1	9,1	8,8	
2.	Шестиминутный бег (м)	400	600	800	300	500	700	Выносливость
	Ходьба на лыжах (м)	600	1000	1400	500	900	1300	
	Смешанное передвижение по пересеченной местности (м)	200	400	600	180	280	480	
3.	Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу (см)	210	220	305	145	155	250	Скоростно-силовые возможности
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 с)	11	12	15	10	11	14	
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	85	95	115	77	87	107	
4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+1	+3	+7	+3	+5	+9	Гибкость

 8-800-350-00-00	 www.gto.ru	 vk.com/vfsk_gto
---	--	---

8-800-350-00-00

www.gto.ru

vk.com/vfsk_gto



Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

ПЕРВАЯ СТУПЕНЬ (возрастная группа от 6 до 7 лет включительно)

№ п/п	Наименование испытания (теста)	Нормативы						Физические качества, при- кладные навыки и умения
		Мальчики			Девочки			
								
Испытания (тесты) по выбору								
5.	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 5 м (количество попаданий)	2	3	4	1	2	3	Координационные способности
	Челночный бег 3x10 м (с)	11,2	10,8	9,9	11,7	11,3	10,8	
6.	Плавание (м)	12	18	25	12	18	25	Прикладные навыки
Количество физических качеств, способностей, прикладных навыков, оценка которых необходима для получения знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – Комплекс)		5	5	5	5	5	5	
Количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака Комплекса		5	5	5	5	5	5	



Логопедическое обследование учителей-логопедов

1. Обследование звукопроизношения (Р.И. Лалаевой, Е.Н. Российской, Н.В. Серебряковой, Л.С. Соломаха, Е.Ф. Соботовича, Спировой, М.Ф. Фомичёвой, Т.Б. Филичевой, Г.В. Чевелёвой. Логопедическое обследование детей. Метод. пособие. СПб. 2021 С. 16-18.)

Материалы представляют собой комплекты слов и картинки к ним. Комплект содержит по 2-3 слова на звук (положение звука в начале слова, в середине, в конце). Специалист предлагает ребёнку назвать изображения на картинках.

Отмечается: звук отсутствует, искажается или заменяется другим, а также место нарушения звука (изолированно, в слогах или в словах). Оценка результатов представлена в Таблице 1.

Таблица 1.

Оценка результатов:

Уровень	Характеристика	Баллы
1	низкий	менее 20
2	ниже среднего	21-30
3	средний	31-35
4	выше среднего	36-41
5	высокий	42

2. Обследование просодических компонентов речи (Р.И. Лалаевой, Е.Н. Российской, Н.В. Серебряковой, Л.С. Соломаха, Е.Ф. Соботовича, Спировой, М.Ф. Фомичёвой, Т.Б. Филичевой, Г.В. Чевелёвой. Логопедическое обследование детей. Метод. пособие. СПб. 2021 С. 34).

Ритм речи

Предложите ребёнку вспомнить мелодию и прохлопать песенку. Если он затрудняется, можно прослушать мелодию и повторить задание.

«В лесу родилась елочка», «В траве сидел кузнечик», «От улыбки солнечно одной».

Отмечаются трудности при самостоятельном воспроизведении.

Темп речи

Попросите ребёнка рассказать стихотворение А. Барто «Мячик»:

Наша Таня громко плачет:

Уронила в речку мячик.

-Тише, Танечка, не плач:

Не утонет в речке мяч.

со скоростью улитки, как марширующий солдат, как робот.

Отмечается темп (нормальный, ускоренный, замедленный).

Логическое ударение

Попросите ребёнка произнести скороговорку, меняя ударение на словах.

Шесть мышат в шалаше шуршат.

Шесть мышат в шалаше шуршат.

Шесть мышат в шалаше шуршат.

Шесть мышат в шалаше шуршат.

Отмечаются затруднения расстановки логического ударения в речевом материале любой сложности. Оценка результатов представлена в Таблице 2.

Таблица 2.

Оценка результатов:

Уровень	Характеристика	Баллы
I	низкий	менее 2
II	ниже среднего	3-4
III	средний	5-6
IV	выше среднего	7-8
V	высокий	9-10

3. Обследование слоговой структуры слова (Р.И. Лалаевой, Е.Н. Российской, Н.В. Серебряковой, Л.С. Соломаха, Е.Ф. Соботовича, Спировой, М.Ф. Фомичёвой, Т.Б. Филичевой, Г.В. Чевелёвой. Логопедическое обследование детей. Метод. пособие. Спб. 2021 С. 35).

Попросите ребёнка посмотреть внимательно на картинки и назвать кто или что это

Таблица 3.

Трамвай	Скатерть	Холодильник	Кукуруза
Верблюд	Ласточка	Парашютист	Обезьяна
Виноград	Черепашка	Матрёшка	Сковородка
Сахарница	Одуванчик	Под мухомором	Полотенце
Конфеты	Аквариум	Балерина	Ящерица

Отмечаются особенности нарушений слоговой структуры слова:

произносит только отдельные слоги, произносит слово всякий раз по-разному;

элизии слогов, опускание согласных в стечениях;

парафазии, перестановки при сохранении контура слов;

итерации, персеверации, добавление звуков (слогов);

контаминации (часть одного слова соединяется с частью другого).

Оценка результатов представлена в Таблице 4.

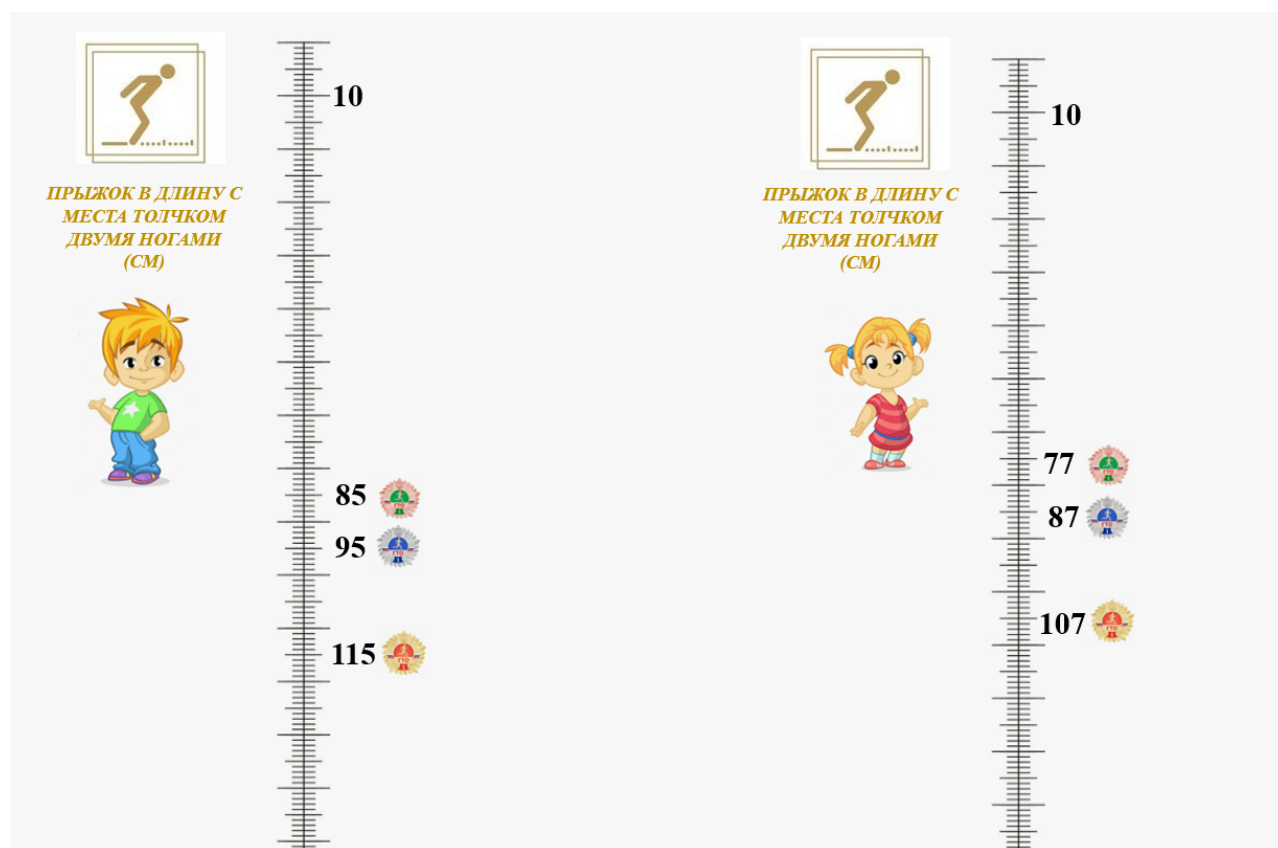
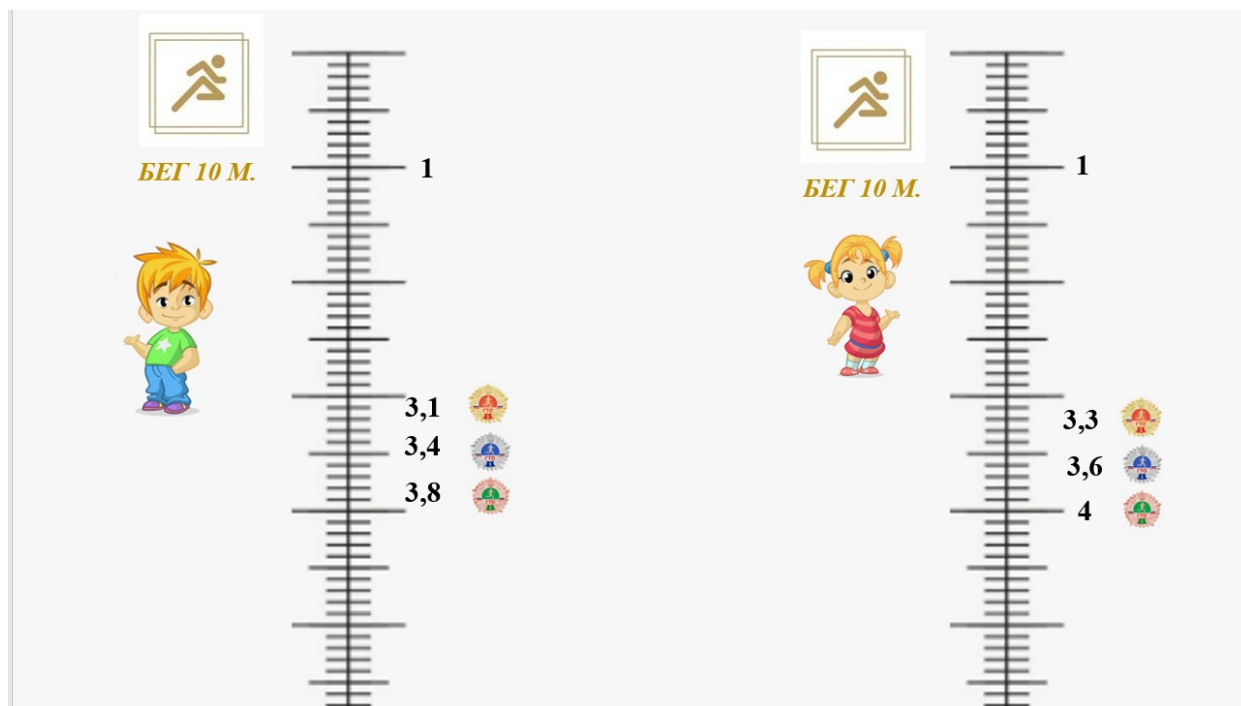
Таблица 4.

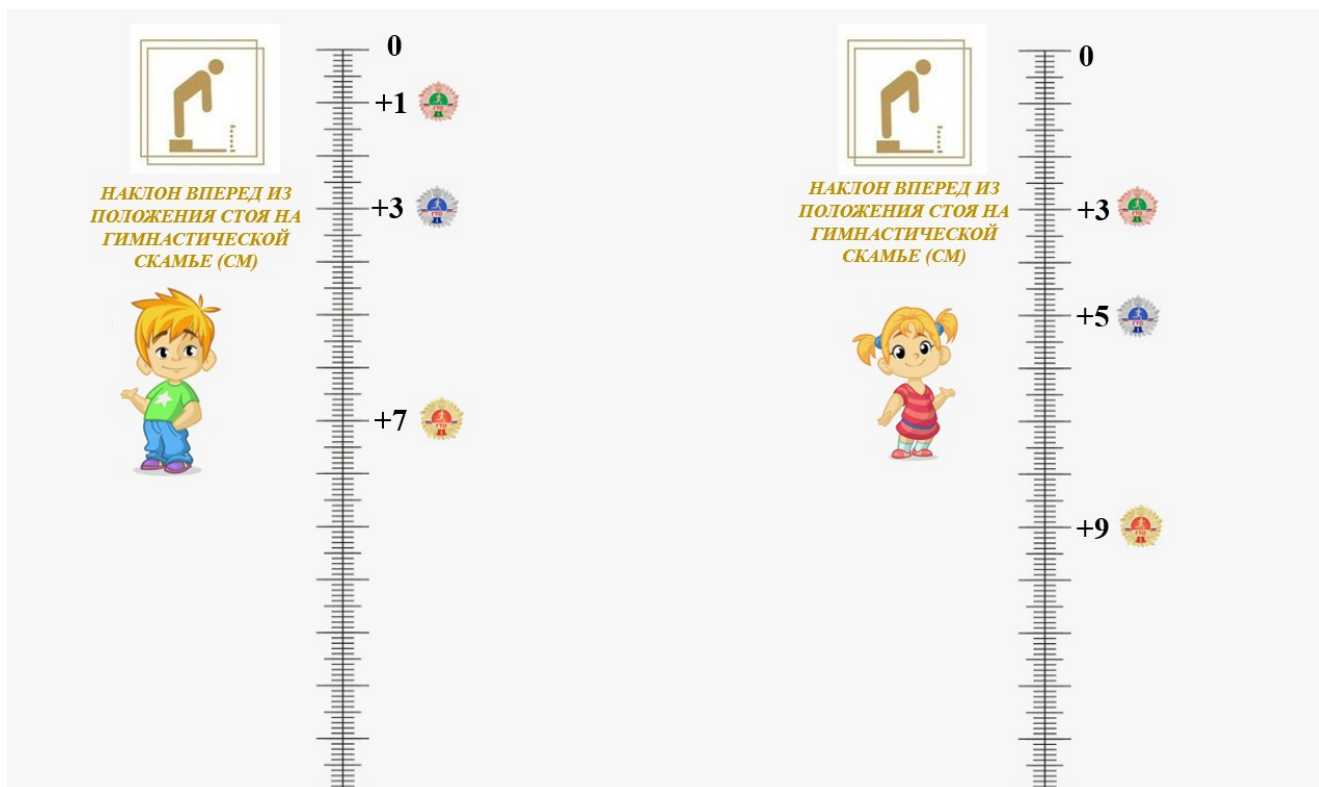
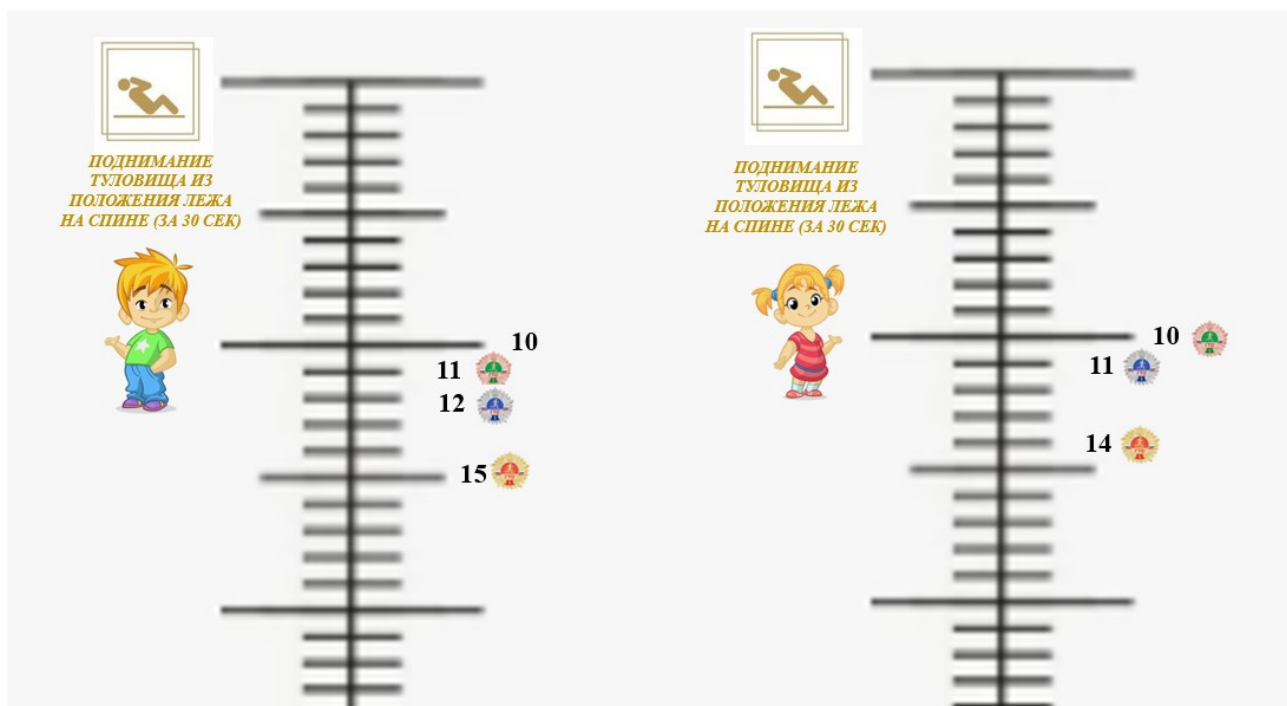
Оценка результатов:

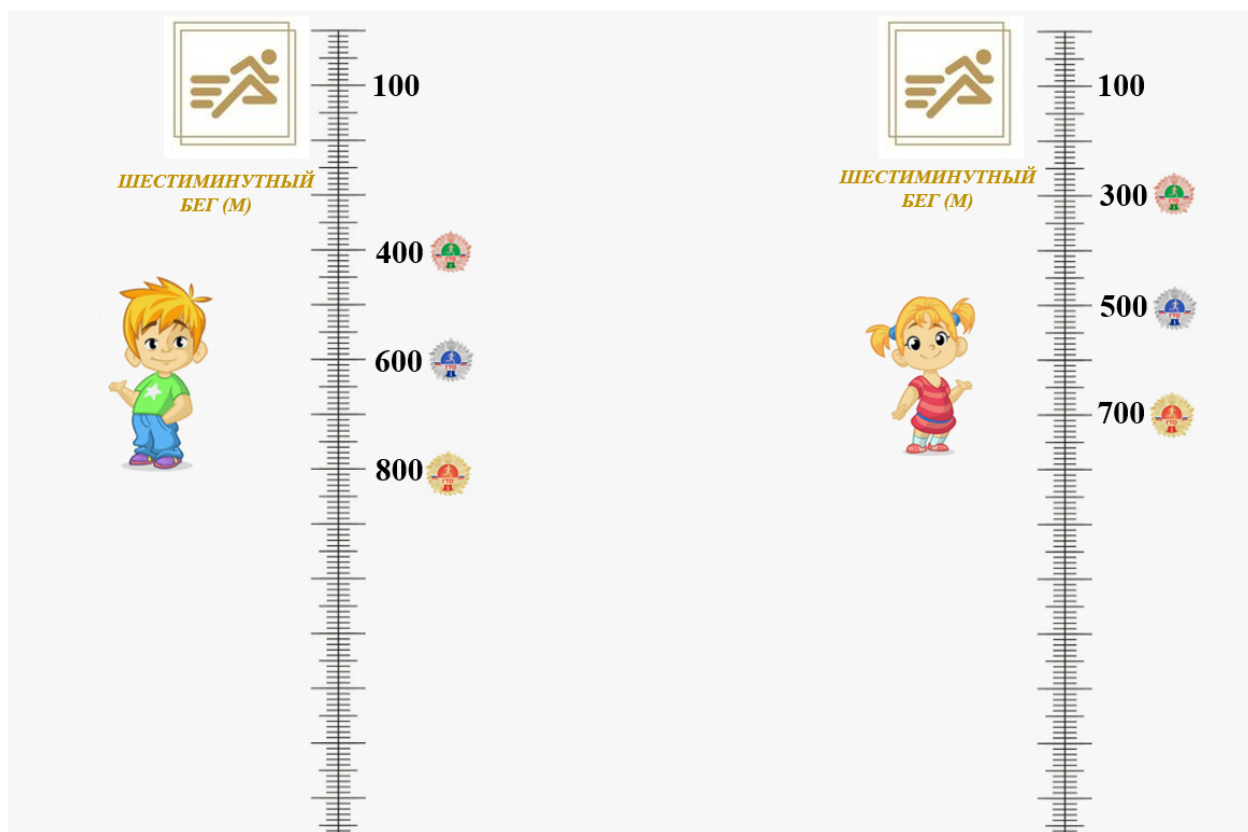
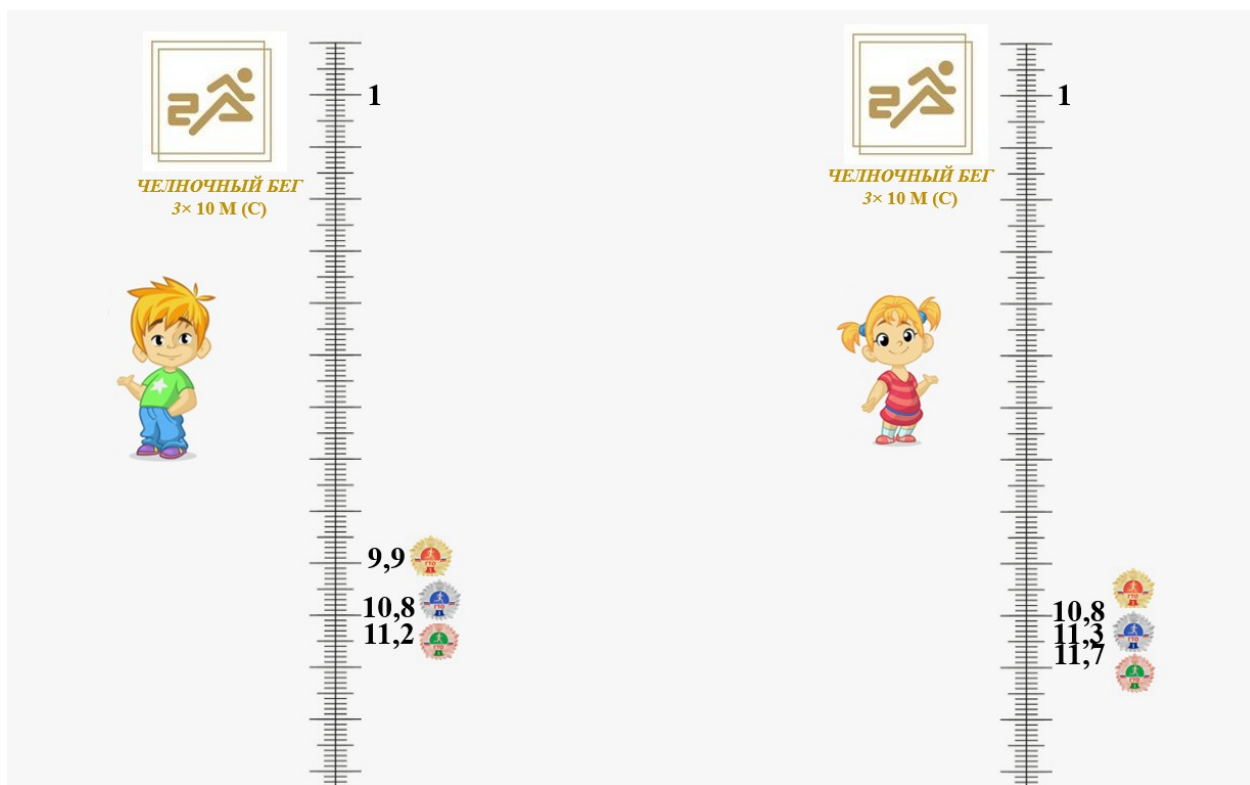
Уровень	Характеристика	Баллы
I	низкий	менее 10
II	ниже среднего	11-13
III	средний	14-15
IV	выше среднего	16-17
V	высокий	18

2. Самоконтроль и самооценка уровня физических качеств детьми старшего дошкольного возраста с ТНР

Шкалы в соответствии с тестами ВФСК ГТО (первая ступень)







3. Система контроля и оценки освоения адаптированной дополнительной общеобразовательной программы «Трамплин Надежного Развития» детьми 5-7 лет с ТНР

Таблица 5.

Оценочный материал для детей 5-6 лет

Показатели		Высокий	Средний	Низкий
Знают	упражнения для развития физических качеств (сила, гибкость, координация)			
	технику диафрагмального дыхания			
	технику расслабления и напряжения мышц			
	имеют представление о значимости здорового образа жизни			
	имеют представление о возможностях участия в соревнованиях			
Умеют	выполнять скольжение в воде в различных вариациях			
	выполнять самомассаж через миофасциальное расслабление			
	выполнять упражнения в соответствии с заданным темпом, ритмом и скоростью для коррекции речевых нарушений			

Таблица 6.

Оценочный материал для детей 6-7 лет

Показатели		Высокий	Средний	Низкий
Знают	алгоритм выполнения шагов с использованием степ-платформы для активизации познавательных процессов и коррекции речевых нарушений			
	перечень комплексов упражнений с сюжетным сопровождением			
Умеют	выполнять сложно-координационные упражнения в различных вариациях для коррекции речевых нарушений			
	выполнять упражнения с элементами йоги и пилатеса			
	выполнять одновременные согласованные движения (разноименные и разнонаправленные) для коррекции речевых нарушений			
	выполнять правильный цикл дыхания при передвижении в воде			
	выполнять миофасциальное расслабление с использованием различного оборудования (валик, мяч, арахис)			

Таблица 7.

Результаты реализации программы сентябрь 2022-май 2024 гг.	% охваченных детей
Процент детей, принявших участие в спортивных мероприятиях, семейных соревнованиях патриотической направленности	
Процент детей, принявших участие в спортивных соревнованиях «ГТО для дошкольников» на муниципальном уровне	
Процент детей, успешно освоивших адаптированную дополнительную общеобразовательную программу для детей старшего дошкольного возраста с ТНР	

Таблица 8

Критерии оценки достижения планируемых результатов

Уровни освоения Программы	Результат
Высокий уровень освоения программы	В ходе проведения итогового контроля у воспитанников наблюдается улучшение в состоянии ОДА и повышение уровня физических качеств. Дети с нарушениями речи заинтересованы в успешной сдаче нормативов ВФСК ГТО, все участники прошли тестирование в пределах нормы. Учителя-логопеды отметили ярко выраженную динамику воспитанников в рамках логопедического обследования. Дети достигли результатов в рамках программы воспитания.
Средний уровень освоения программы	В ходе проведения итогового контроля у воспитанников наблюдается частичное улучшение в состоянии ОДА и средний уровень физических качеств. Дети с нарушениями речи заинтересованы в успешной сдаче нормативов ВФСК ГТО, но не все дети успешно прошли тестирование. Учителя-логопеды отметили положительную динамику воспитанников в рамках логопедического обследования. Дети частично достигли результатов в рамках программы воспитания.
Низкий уровень освоения программы	В ходе проведения итогового контроля у воспитанников не наблюдаются улучшения или наблюдаются ухудшения в развитии физических качеств и состояния ОДА. Дети с нарушениями речи не заинтересованы в успешной сдаче нормативов ВФСК ГТО, им не удалось сдать тестирование. Учителя-логопеды выявили частичную динамику воспитанников в рамках логопедического обследования. Дети частично достигли результатов в рамках программы воспитания.

Виды контроля:

- Предварительный контроль: 1-2 занятие сентября (07.09.2022, 14.09.2022);
- Текущий контроль: 3-4 занятие мая (24.05.2023, 31.05.2023) и 1-2 занятие сентября (06.09.2023, 13.09.2023);
- Итоговый контроль: 3-4 занятие мая (22.05.2024, 29.05.2024).

Формы подведения итогов реализации программы:

- Тестирование

- Наблюдение
- Спортивные соревнования «ГТО для дошкольников»
- Распространение опыта работы по реализации программы на научно-практических конференциях различного уровня

Таблица 9.

Учебно-тематический план на 1-й год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Диагностика состояния ОДА	2	-	2	Тестирование
2	Вводное занятие. Удачный старт	2	-	2	Наблюдение
3	Золотая осень	4	-	4	Наблюдение
4	Сказки народов Югры (по мотивам народа Ханты)	5	1	4	Наблюдение
5	Сказки народов Югры (башкирская сказка)	4	-	4	Наблюдение
6	Сказки народов Югры (русская народная сказка)	3	-	3	Наблюдение
7	Сказки народов Югры (татарская народная сказка)	4	-	4	Наблюдение
8	Животный мир Югры	5	1	4	Наблюдение
9	Домашние любимцы	4	-	4	Наблюдение
10	Весна в Югре	3	-	3	Наблюдение
11	Диагностика состояния ОДА	2	-	2	Тестирование
ВСЕГО		38	2	36	2/9

Таблица 10.

Учебно-тематический план на 2-й год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Диагностика состояния ОДА	1	-	1	Тестирование
2	Диагностика физических качеств (тесты ВФСК ГТО)	1	-	1	Тестирование
3	Вводное занятие. Удачный старт	2	-	2	Наблюдение
4	Золотая осень	4	-	4	Наблюдение
5	Сказки народов Югры (по мотивам народа Ханты)	5	1	4	Наблюдение
6	Сказки народов Югры (башкирская сказка)	4	-	4	Наблюдение
7	Сказки народов Югры (русская народная сказка)	4	1	3	Наблюдение
8	Сказки народов Югры (татарская народная сказка)	4	-	4	Наблюдение
9	Животный мир Югры	4	-	4	Наблюдение
10	Домашние любимцы	4	-	4	Наблюдение
11	Весна в Югре	2	-	2	Наблюдение
12	Диагностика состояния ОДА	1	-	1	Тестирование

13	Диагностика физических качеств (тесты ВФСК ГТО)	1	-	1	Тестирование
ВСЕГО		37	2	35	4/9

Таблица 11.

Календарный (тематический) план 1-й год обучения

№ п/п	Дата, время проведения занятия	Количество часов	Тема занятия	Форма проведения	Место проведения	Форма контроля
1	07.09.2022 15.30	1	Диагностика состояния ОДА	Занятие	Спорт. зал	Тестирование
2	14.09.2022 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Тестирование
3	21.09.2022 15.30	1	Вводное занятие. Удачный старт	Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
4	28.09.2022 15.30	1		Занятие	бассейн	Наблюдение
5	05.10.2022 15.30	1	Золотая осень	Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
6	12.10.2022 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
7	19.10.2022 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
8	26.10.2022 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
9	02.11.2022 15.30	1	Сказки народов Югры (по мотивам народа Ханты)	Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
10	09.11.2022 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
11	16.11.2022 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
12	23.11.2022 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
13	30.11.2022 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
14	07.12.2022 15.30	1	Народные сказки	Занятие	Бассейн	Наблюдение
15	14.12.2022 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
16	21.12.2022 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
17	28.12.2022 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
18	11.01.2023 15.30	1	Народные сказки	Занятие	Бассейн	Наблюдение
19	18.01.2023 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
20	25.01.2023 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение

21	01.02.2023 15.30	1	Народные сказки	Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
22	08.02.2023 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
23	15.02.2023 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
24	22.02.2023 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
25	01.03.2023 15.30	1	Животный мир Югры	Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
26	08.03.2023 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
27	15.03.2023 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
28	22.03.2023 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
29	29.03.2023 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
30	05.04.2023 15.30	1	Домашние любимцы	Занятие	Бассейн	Наблюдение
31	12.04.2023 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
32	19.04.2023 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
33	26.04.2023 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
34	03.05.2023 15.30	1	Весна в Югре	Занятие	Бассейн	Наблюдение
35	10.05.2023 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
36	17.05.2023 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
37	24.05.2023 15.30	1	Диагностика состояния ОДА	Занятие	Спорт. зал	Тестирование
38	31.05.2023 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Тестирование

Таблица 12.

Календарный (тематический) план 2-й год обучения

№ п/п	Дата, время проведения занятия	Количество часов	Тема занятия	Форма проведения	Место проведения	Форма контроля
1	06.09.2023 15.30	1	Диагностика состояния ОДА	Занятие	Спорт. зал	Тестирование
2	13.09.2023 15.30	1	Диагностика физических качеств (тесты ВФСК ГТО)	Занятие	Спорт. зал	Тестирование

3	20.09.2023 15.30	1	Вводное занятие.	Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
4	27.09.2023 15.30	1	Удачный старт	Занятие	Бассейн	Наблюдение
5	04.10.2023 15.30	1	Золотая осень	Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
6	14.10.2023 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
7	18.10.2023 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
8	25.10.2023 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
9	01.11.2023 15.30	1	Сказки народов Югры (по мотивам народа Ханты)	Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
10	08.11.2023 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
11	15.11.2023 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
12	22.11.2023 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
13	29.11.2023 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
14	06.12.2023 15.30	1	Народные сказки	Занятие	Бассейн	Наблюдение
15	13.12.2023 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
16	20.12.2023 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
17	27.12.2023 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
18	10.01.2024 15.30	1	Народные сказки	Занятие	Бассейн	Наблюдение
19	17.01.2024 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
20	24.01.2024 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
21	31.01.2024 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
22	07.02.2024 15.30	1	Народные сказки	Занятие	Бассейн	Наблюдение
23	14.02.2024 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
24	21.02.2024 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
25	28.02.2024 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
26	06.03.2024 15.30	1	Животный мир Югры	Занятие	Бассейн	Наблюдение
27	13.03.2024	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение

	15.30					
28	20.03.2024 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
29	27.03.2024 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
30	03.04.2024 15.30	1	Домашние любимцы	Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
31	10.04.2024 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
32	17.04.2024 15.30	1		Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
33	24.04.2024 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
34	08.05.2024 15.30	1	Весна в Югре	Занятие	Спорт. зал	Наблюдение
35	15.05.2024 15.30	1		Занятие	Бассейн	Наблюдение
36	22.05.2024 15.30	1	Диагностика состояния ОДА	Занятие	Спорт. зал	Тестирование
37	29.05.2024 15.30	1	Диагностика физических качеств (тесты ВФСК ГТО)	Занятие	Спорт. зал	Тестирование

Содержание программы

Содержание разработанной методики для детей старшего дошкольного возраста с ТНР

СЕНТЯБРЬ	
ТЕМА: ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ. УДАЧНЫЙ СТАРТ	
ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ЗАНЯТИЕ (21.09.2022, 20.09.2023)	
УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ РАВНОВЕСИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ «БОСУ»	
Содержание	Дозировка
Повороты направо, налево в движении. 1. Ходьба обычная на месте 2. Разминка на координационной лестнице: 3. Ходьба на «Босу». 4. Сделать приставной шаг на «Босу» и обратно, с правой ноги, бодро работая руками. 5. Приставной шаг на «Босу», вперед на «Босу». 6. Упражнения в упоре лежа на «Босу»; руки поочередно движутся вперед, вверх, вперед, вниз. 1 занятие – разучивание шагов и счета; 2 занятие – совершенствование шагов, закреплять правильный цикл дыхания 1-2 шаг вдох через нос, 3-4 шаг выдох через рот (руки на животе)	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
УПРАЖНЕНИЯ С СЮЖЕТНЫМ СОПРОВОЖДЕНИЕМ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	
Содержание	Дозировка
<i>Инструктор по Ф.К.: После теплых дней наступила золотая осень. По опушкам лесов ещё растут грибы: подосиновики, сыроежки, грузди и рыжики</i> 1. Поза «Гора» И. П. сед на пятках 1-4 поднять руки, соединить пальцы в замок и вывернуть кисти ладонями вверх. Руки напрячь и вытянуть как можно сильнее вверх, растягивая позвоночный столб. 5-8 И.П. (Улучшает кровообращение позвоночника).	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>На старых больших пнях жмутся друг к другу тонконогие опята</i> 2. Поза «Полуверблюд» И. П. сед на пятках 1-4 встать на колени, ноги слегка разведены. Прогнуться, выполнить упор одной рукой на пятку, противоположную руку поднять вверх 5-8 И. П. (Укрепляет позвоночник, тонизирует спинные нервы, помогает при сколиозе).	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>В болотах ожерельем рассытана по кочкам румяная клюква</i> 3. Поза «Ребёнка» И.П. сед на пятках 1-4 наклон вперед, руки свободно расположить вдоль тела ладонями вверх, локти чуть согнуты 5-8 И. П. (Улучшает кровообращение, помогает снять головную боль, переутомление).	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>На освещенных солнцем лесных полянах краснеют гроздья рябины</i>	Для детей 5-6 лет -

4. Поза «Черепашка» И.П. сед на пятках, немного развести колени, и на выдохе медленно опустить туловище, скользя руками по полу, растягивая позвоночник. Опираясь лбом и предплечья о пол, расслабится, глубоко и свободно дыша	4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Чист и прозрачен воздух. Далеко слышны звуки, отчетливо разносятся голоса</i> 5. «Божественная поза» И.П. сед на пятках 1-4 завести руки за спину, соединив их ладонями вместе и вести их вдоль позвоночного столба как можно выше. Плечи при этом разворачиваются назад, а лопатки сближаются 5-8 И. П. (Способствует профилактике сутулости и сколиоза)	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>По высокому небу бегут и бегут облака. В погожие дни многие птицы готовятся к отлёту. Уже улетели ласточки, быстроногие стрижи</i> 6. Поза «Лук» И. П. лечь на живот, согнуть ноги согнуты в коленях, хват руками за стопы. 1-8 Оторвать голову, плечи и колени от пола, как можно больше прогнуться в пояснице. Шею тянуть вверх, голову держать прямо, колени немного разведены, дыхание свободное. 9-16 И.П. (Способствует профилактике сутулости и сколиоза)	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>В шумные стайки собираются скворцы, улетают на юг певчие птицы</i> 7. «Уголок» И.П. сед углом 1-4 сгибание в коленных суставах, хват руками за бедра 5-8 И. П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>В дальний путь отправляются дикие гуси, покидают родные болота длинноногие журавли</i> 8. «Расслабление» Лечь на спину, руки положить вдоль тела, закрыть глаза.	Для детей 5-7 лет 4-6 повторов
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА ВНИМАНИЕ	
«Звенит - жужжит» Цель игры: воспитывать внимание, сообразительность, фонематический слух. Описание игры. Игроки шагают в колонне по одному, а педагог называет разные звуки. Если дети услышат звук /З/ приседают, а если звук /Ж/ - поднимают руки в стороны и делают взмахи вверх-вниз. Игру можно усложнить, называть не звуки, а слова.	2-3 раза
«Мяч передавай, слово называй» Цель игры: закреплять передачу мяча по кругу в быстром темпе, упражнять в нахождении звука /Р/ в словах. Описание игры. Дети строятся в круг, один из игроков держит в руках мяч. Под музыку или звуки бубна дети передают по кругу мяч друг другу. Как только музыка остановилась, игрок, у которого оказался в руках мяч, называет слово со звуком /Р/. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не назовут слова.	2-3 раза
ПЛАВАНИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ (28.09.2022, 27.09.2023)	
Содержание	

❖ передвижения в воде по дну бассейна изученными ранее способами в сочетании с движениями рук; ❖ передвижения в воде на руках по дну бассейна; ❖ игры в воде связанные с передвижением по дну бассейна различными способами; ❖ опускание лица в воду, стоя на дне; ❖ погружение в воду (с опорой), держась за бортик, спасательный круг, игрушку, педагога, погружение с постепенным увеличением глубины; ❖ выдох на границе воды и воздуха, через рот до появления пузырей; ❖ выдох в воду, постепенное усложнение: попытки выдоха в воду на мелком, более глубоком, с наклоном, приседанием, на количество выдохов; ❖ упражнения на всплывание; ❖ упражнения на скольжение в воде со вспомогательными снарядами и помощью педагога. буксировка, подталкивание, поддержка педагога. Постепенное увеличение глубины. использование вспомогательных снарядов.
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В БАССЕЙНЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ
Игра «Назови ласково» Педагог раскидывает тонущие игрушки на дно бассейна. Дети собирают игрушки, складывают в контейнер и называют любое существительное с уменьшительным суффиксом (пример: ложечка, елочка, снежок).
Игра «Назови ласково» Педагог раскидывает тонущие игрушки на дно бассейна. Дети собирают игрушки, складывают в контейнер и называют любое прилагательное с уменьшительным суффиксом (красивенький, хорошенький, маленький).

ОКТЯБРЬ	
ТЕМА: ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ	
ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ЗАНЯТИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ (05.10.2022, 19.10.2022, 04.10.2023, 18.10.2023)	
ЛОГОРИТМИКА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СТЕП-ПЛАТФОРМЫ	
Содержание	Дозировка
Ходьба на каждый счет и через счет с притопом. Приставной шаг вперед с пружинкой и хлопками перед собой. Различные хлопки перед собой. Разминка без степов: 4 Step touch - 8 счетов 2 Герл (open с захлестом) - 8 счетов 2 Step line - 8 счетов 4 Open step - 8 счетов Комбинация - 32 счета 1. И.п.: стоя на степе, руки опущены. Во время ходьбы на месте поднять обе руки вперед и вверх; при этом голову приподнять; вернуться в и.п.. 2. Шагая на степе, из положения руки за головой разводить их в стороны с поворотом туловища вправо-влево. 1 занятие – разучивание шагов и счета; 2 занятие – совершенствование шагов, закреплять правильный цикл дыхания 1-2 шаг вдох через нос, 3-4 шаг выдох через рот (руки на животе)	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	
Содержание	Дозировка
Инструктор по Ф.К.: Ребята, давайте соберём рюкзаки, закинем их на плечи и отправляемся в поход по нашему лесу. Леса осенью очень красивые. Они раскрашены умелой рукой художника. Очень много золотой и багровой краски.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет -

1. «Уголок» И. П. Лежа на спине, руки вдоль туловища. 1-8 поднять ноги на под 45° 9-16 И.П. Дыхание спокойное	6–8 повторов
<i>Идём по широкой дороге мимо низких сопок и небольших озёр. Нам нужно пройти на питьевое озеро. Дорога уходит в карьер, а мы с вами переходим на тропинку. Она пролегает между зарослей карликовой берёзки. Ребята посмотрите, какие мелкие кисточки на ней. Веточки причудливой формы.</i> 2. Поза «Бегуна» И. П. о.с. 1-8 согнуть левую ногу, выполнить хват одноимённой рукой за голень и поднять ногу как можно выше. При этом туловище наклоните вперёд, хорошо прогибаясь в пояснице. Правую руку вытяните вперёд, ладонью вниз. Старайтесь, чтобы между бедром и голенью поднятой ноги был прямой угол. 9-16 И. П. Дыхание спокойное.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6–8 повторов
<i>Есть берёзки и выше, они тоже изогнуты, так как корни её, из-за каменистой почвы, расти, не могут. Расположены они на поверхности. Листочки у берёзки мелкие.</i> 3. Поза «Дерева» И.П. о.с. 1-8 согнуть правую ногу, удерживая равновесие на левой. Правой рукой выполнить хват за внутреннюю поверхность правого бедра. Соедините ладони и поместите их перед грудью пальцами вверх, предплечья держите параллельно полу. 9-16 И. П. (тоже со сменой) Дыхание спокойное, произвольное.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6–8 повторов
<i>Поднимаемся на вершину сопки, а за ней на другую, ещё выше. Склон высокой сопки покрыт багульником, брусничником и кустиками черники. Ягоды на кустах зрелые и вкусные. Здесь мы с вами сделаем привал. Соберём ягоды для витаминного чая. Рассмотрим растение багульника. Это растение тоже очень полезное. Чай из багульника возвращает силы. Мы с вами разведём костёр и накипятим чай. Заварим: бруснику, чернику и багульник. Чай очень вкусный. Привал наш не большой и пора в путь дорогу. Собираем рюкзаки и идём дальше. Вот и вершина нашей сопки.</i> 4. Поза «Гора» И.П. сед на пятках 1-8 соединить руки в замок над головой. Вывернуть кисти, ладони вверх и как следует потянуться. Спина прямая. 9-16 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6–8 повторов
<i>Внизу раскинулось красивое озеро, где мы с вами сделаем привал. Посмотрите, какая чистая вода, но она очень тёмная. Озеро холодное. По краям озера много цветов, деревья более высокие, т.к. влаги здесь больше. Посмотрите, рыбки плавают в озере. Сейчас мы с вами сделаем кораблики с парусами из листьев и спустим на воду. Парусная регата отправилась в путь. Тихий ветерок погнало кораблики на середину озера. Помашем им и отправимся в обратный путь.</i> 5. Поза «Ребёнка» И. П. сед на пятках	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6–8 повторов

1-8 наклон туловища вперед 9-16 И.П. Дыхание спокойное, произвольное.	
<i>Вернёмся мы с вами, другой, более ближней дорогой. Поднимаемся на сопку. На вершине сопки посмотрите, какие огромные глыбы. Давайте подойдём поближе и рассмотрим их. Камень этот называется гранит. В его состав входит слюда, посмотрите, как она сверкает на солнце.</i> 6. «Скручивание» И.П. сед 1-8 согнуть левую ногу в колене, поместите пятку под левое бедро. Левую ногу поставьте ступнёй с наружной стороны правого колена. Правой рукой обхватить левый голеностопный сустав. Локоть правой руки прижать с внутренней стороны левой ноги или заведите руку за колено левой ноги. Левую руку заложить за спину, обхватив себя за талию. 9-16 И.П. (тоже со сменой)	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Вон и наш сад уже виден, но нам нужно ещё преодолеть две сопки. Одна более ровная и не высокая, а другая очень крутая. Давайте мы её обойдём. Ступайте осторожно, здесь небольшое болото. Прыгаем с кочки на кочку.</i> 7. «Перекат» И.П. сед 1-4 перекал назад 5-8 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Вот мы с вами и миновали последнюю сопку. Подходим к детскому саду. Там ждёт нас вкусный обед, а после обеда сон. Он будет здоровый и крепкий. Мы с вами получили заряд бодрости на всю неделю. Путь был длинный, но очень интересный. Время прошло не заметно и нам пора расстаться.</i> 8. «Расслабление» Лежа на спине, руки вдоль туловища. 1-4 напрягаем тело 5-8 расслабляем тело	Для детей 5-7 лет 4-6 повторов
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ	
«Осенний листопад» Цель: закрепить понимание у детей пространственных предлогов: на, за, перед, рядом, около. Описание игры. Дети расставляют по залу стульчики. Далее дети берут в руки листочки (или снежинки, бабочки). По команде взрослого все дети-листочки (снежинки, бабочки) кружатся в легком танце по комнате под плавную мелодию. Это - листопад (снегопад). Далее ведущий говорит: Кружатся, кружатся листья, В танце осеннем своем Падают, падают листья НА (ПОД, ПЕРЕД) стульчик. И дети должны сами определить куда же должен приземлиться их листик.	2-3 раза
«Отгадай, чей голосок» Цель. Развитие фонематического восприятия. Описание игры. Все играющие образуют круг. Один из играющих становится в середине круга с закрытыми глазами. Педагог указывает на того, кто будет говорит или петь: «Скок, скок, скок». Все играющие идет по кругу вправо и поют или говорят: «мы составили все в круг, повернемся разом круг!» На эти слова все поворачиваются, и продолжают далее: «А как скажешь – скок, скок,	

скок» (слова «скок, скок, скок» поет или говорит выбранный ребенок). Все останавливаются и заканчивают песню-речетатив словами: «Отгадай, чей голосок? ». Стоящий в центре с закрытыми глазами открывает их, и должен отгадать – кто сказал слова «скок, скок, скок» или показывает откуда слышал голос. Если водящий угадал, дети меняются местами. Слова «скок, скок, скок» произносит только тот, на кого указал руководитель. Водящий не имеет права открывать глаза до тех пор, пока не закончится речетатив. Если водящий не угадал два раза, он сменяется.	
ПЛАВАНИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ (12.10.2022, 26.10.2022, 14.10.2023, 25.10.2023)	
Содержание	
❖ игры, связанные с погружением в воду, передвижением и ориентированием под водой, на различной глубине, с постепенным ее увеличением, использованием элементов соревнований, применение снарядов, игрушек; ❖ выдох в воду, постепенное усложнение: попытки выдоха в воду на мелком, более глубоком, с наклоном, приседанием, на количество выдохов (закрепление) ❖ игры с использованием выдоха в воду, в различных условиях, использование снарядов, игрушек. Введение элементов соревнований; ❖ упражнения на всплытие; ❖ лежание на груди, с постепенным усложнением, при различных положениях рук и ног (вытянуты, врозь, в стороны), лицо в воде с постепенным увеличением глубины; ❖ лёжа на спине, с постепенным усложнением, при различных положениях рук и ног (вытянуты, врозь, в стороны), лицо в воде с постепенным увеличением глубины; ❖ выполнение скольжения в сочетании с одиночным выдохом в воду (закрепление); ❖ выполнение скольжения в сочетании с движениями рук. Выполнение различных движений руками в воде по типу простейших гребковых. Выдох во время скольжения. Первые попытки сочетания скольжения с одиночным выдохом. Усложнение заданий; ❖ скольжение на спине, отталкиваясь от стенки бассейна, одной, двумя, постепенное увеличение глубины, держа руки в различных положениях; ❖ движения ногами в воде, опираясь на руки о дно бассейна, движения ногами по типу кроля, передвижения по дну на руках на мелком месте бассейна с движениями ногами по типу кроля. Опускание лица в воду, в сочетании с выдохом и постепенным увеличением глубины; ❖ движения ногами, лёжа на груди с опорой о бортик бассейна, вспомогательные снаряды, поднимая и опуская голову; ❖ движения ногами, лёжа на спине, с неподвижной опорой на различной глубине (опираясь о борт бассейна, лёжа в воде с опорой на предплечья) ;движения ногами в скольжении на груди (по типу кроля), с постепенным увеличением глубины воды, с выдохом в воду, держа руки в различных положениях; ❖ движения руками на суше, различные вращения: вперёд, назад, одной, двумя и др. имитация гребковых движений при плавании на груди и спине: по типу облегчённых и спортивных способов; ❖ движения руками в воде, различные вращения: вперёд, назад, одной, двумя и др. имитация гребковых движений при плавании на груди и спине: по типу облегчённых и спортивных способов; ❖ передвижения по дну различными способами в сочетании с движениями рук. Передвижение по дну бассейна: шагом, бегом, прыжками с одновременными движениями рук по типу гребковых: попеременные, одновременные, без выноса рук из воды, с выносом.	
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В БАССЕЙНЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ	
Игра «Гласные-согласные» Педагог раскидывает тонущие игрушки в виде букв. Детям предлагается найти и положить в контейнер только гласные звуки	
Игра «Гласные-согласные» Педагог раскидывает тонущие игрушки в виде букв. Детям предлагается найти и положить в контейнер только согласные звуки	

НОЯБРЬ	
ТЕМА: СКАЗКИ НАРОДОВ ЮГРЫ (ПО МОТИВАМ НАРОДА ХАНТЫ)	
ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ЗАНЯТИЕ С СЮЖЕТНЫМ СОПРОВОЖДЕНИЕМ (02.11.2022, 16.11.2022, 30.11.2022, 01.11.2023, 15.11.2023, 29.11.2023)	
ЛОГОРИТМИКА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ «БОСУ»	
Содержание	Дозировка
1. Ходьба и бег змейкой вокруг «Босу», с хлопками на счет 1 вверх, на счет 2 вниз. 2. Ходьба с перешагиванием через «Босу». 3. Выполнение различных заданий на степах с бегом враспынную. 4. Разминка с «Босу»: 4 Кни-ап, шаг-кик - 8 счетов 2 Шаг страдел - 8 счетов 2 Step line - 8 счетов 4 Open step - 8 счетов Комбинация - 32 счёта 1 занятие – разучивание шагов и счёта; 2 занятие – совершенствование шагов, закреплять правильный цикл дыхания 1-2 шаг вдох через нос, 3-4 шаг выдох через рот (руки на животе)	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	
Содержание	Дозировка
<i>По мотивам сказок народов Ханты</i> <i>Инструктор по Ф.К.: вдоль реки Иртыш тянулась тайга. Лес, лес – без конца и края. Огромные кедровые деревья в горах, голубые лиственницы по берегам сибирских рек, непроходимые завалы, поваленных бурей деревьев всё это тайга</i> 1. Поза «Змеи» И.П. упор лежа, прогнувшись 1-8 согнуть руки 9-16 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Тайга привлекает особой красотой... Карликовые берёзки, ивы, да цветы по берегам холодных озёр. Земля здесь оттаивает в короткое полярное лето, только сверху, а глубже она твёрдая и мёрзлая. Суровая здесь природа. Но с давних времён живут здесь оленеводы, охотники, рыбаки.</i> 2. Поза «Ребёнка» И. П. сед на пятках 1-8 наклон туловища вперед 9-16 И.П. Дыхание спокойное, произвольное.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>На широких лыжах, уходят охотники далеко за дичью. Рыбаки выходят в открытое море на лов рыбы. С места на место кочуют оленеводы, перегоняя стада в места, где растёт белый мох – ягель.</i> 3. Поза «Бегуна» И. П. о.с. 1-8 согнуть левую ногу, выполнить хват одноимённой рукой за голень и поднять ногу как можно выше. При этом туловище наклоните вперёд, хорошо прогибаясь в пояснице. Правую руку вытяните вперёд, ладонью вниз. Старайтесь, чтобы между бедром и голенью поднятой ноги был прямой угол. 9-16 И. П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов

Дыхание спокойное. <i>Долго длится полярная ночь. Только в марте покажется солнце, потеплеет. Но вдруг снова налетит снежная буря, ледяной ветер загонит людей в жилища, где тепло, и готовиться обед.</i> 4. «Наклон туловища вперед» И.П. сед 1-8 наклон туловища вперед, хват руками за стопы 9-16 И. П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Оленеводы обычно сидят у огня и рассказывают сказку детям. Сказочник рассказывает об отважных охотниках, злых колдуньях, животных, рыбах и птицах.</i> 5. «Уголок» И. П. Лежа на спине, руки вдоль туловища. 1-8 поднять ноги на под 45° 9-16 И.П. Дыхание спокойное	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Уже поздний вечер, под рассказ охотников у детей смыкаются глаза, хочется спать, да жаль прослушать хоть слово</i> 6. «Скручивание в грудном отделе позвоночного столба» И.П. Упор на четвереньки 1-8 поднять правую руку вверх 9-16 тоже на левую	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Сказки сказочник заканчивает, за пологом чума утихает буря. Сказки помогают скоротать длинную полярную ночь оленеводам и их семьям</i> 7. Поза «Лотоса» И.П. сед скрестив ноги 1-8 наклон туловища вперед 9-16 И. П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>У Хантов сказочник самый уважаемый человек. От одного сказочника - к другому, из уст в уста, век за веком переходили самые любимые сказки и дошли они до наших дней.</i> 8. «Расслабление» Лежа на спине, руки вдоль туловища. 1-4 напрягаем тело 5-8 расслабляем тело	Для детей 5-7 лет 4-6 повторов
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА ВНИМАНИЕ	
«Мухи в паутине» Цель. Развивать у детей выдержку, ловкость. Упражнять в беге, приседании, построении в круг, ходьбе по кругу. Автоматизация изолированного звука ж. Описание игры. Часть детей изображает паутину. Они образуют круг и опускают руки. Другие дети изображают мух. Они жужжат: ж-ж-ж..., влетая в круг и вылетая из него. По сигналу логопеда дети, изображающие паутину, берутся за руки. Те, которые не успели выбежать из круга, попадают в паутину и выбывают из игры. Игра продолжается до тех пор, пока все мухи не будут пойманы.	

«Чи детки?» Цель. Закреплять в активном словаре детей существительные по теме «Домашние животные». Описание игры. Дети стоят в круг. В центр круга встает педагог с мячом в руках. Он кидает мяч первому игроку с: словами: «Плачут котята, они потеряли свою маму. Кто у котят мама?» Ребенок ловит мяч, отвечает педагогу: «Кошка» Если играющий отвечает неправильно: он выходит из игры. Далее педагог поочередно кидает мяч остальным детям. В игре побеждают 2-3 самых внимательных игрока.	
ПЛАВАНИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ (09.11.2022, 23.11.2022, 08.11.2023, 22.11.2023)	
Содержание	
❖ выдох в воду, постепенное усложнение: попытки выдоха в воду на мелком, более глубоком, с наклоном, приседанием, на количество выдохов (закрепление); ❖ игры с использованием выдоха в воду, в различных условиях, использование снарядов, игрушек. Введение элементов соревнований; ❖ упражнения на всплытие; ❖ лежание на груди, с постепенным усложнением, при различных положениях рук и ног (вытянуты, врозь, в стороны), лицо в воде с постепенным увеличением глубины; ❖ лежа на спине, с постепенным усложнением, при различных положениях рук и ног (вытянуты, врозь, в стороны), лицо в воде с постепенным увеличением глубины; ❖ выполнение скольжения в сочетании с одиночным выдохом в воду (закрепление); ❖ выполнение скольжения в сочетании с движениями рук. Выполнение различных движений руками в воде по типу простейших гребковых. Выдох во время скольжения. Первые попытки сочетания скольжения с одиночным выдохом. Усложнение заданий; ❖ скольжение на спине, отталкиваясь от стенки бассейна, одной, двумя, постепенное увеличение глубины, держа руки в различных положениях; ❖ скольжение на спине в сочетании с дыханием, отталкиваясь одной, двумя ногами, постепенное увеличение глубины, держа руки в различных положениях; ❖ скольжение на спине с движениями рук, отталкиваясь одной, двумя ногами, постепенное увеличение глубины, держа руки в различных положениях; ❖ движения ногами, лёжа на груди с опорой о бортик бассейна, вспомогательные снаряды, поднимая и опуская голову; ❖ движения ногами, лёжа на спине, с неподвижной опорой на различной глубине (опираясь о борт бассейна, лёжа в воде с опорой на предплечья); ❖ движения ногами в скольжении на груди (по типу кроля), с постепенным увеличением глубины воды, с выдохом в воду, держа руки в различных положениях; ❖ движения ногами в скольжении на спине (по типу кроля), с постепенным увеличением глубины воды, с выдохом в воду, держа руки в различных положениях; ❖ выполнение гребковых движений руками в скольжении, по типу облегченных, а так же спортивных способов (по типу кроля). Без выноса из воды, с выносом (попытки), попеременные, одновременные; передвижения по дну различными способами в сочетании с движениями рук.	
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В БАССЕЙНЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ	
Игра «Назови ласково» Педагог раскидывает тонущие игрушки на дно бассейна. Дети собирают игрушки, складывают в контейнер и называют любое существительное с уменьшительным суффиксом (пример: ложечка, елочка, снежок).	
Игра «Назови ласково» Педагог раскидывает тонущие игрушки на дно бассейна. Дети собирают игрушки, складывают в контейнер и называют любое прилагательное с уменьшительным суффиксом (красивенький, хорошенький, маленький).	

ДЕКАБРЬ	
ТЕМА: НАРОДНЫЕ СКАЗКИ	
ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ЗАНЯТИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ (14.12.2022, 28.12.2022, 13.12.2023, 27.12.2023)	
ЛОГОРИТМИКА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СТЕП-ПЛАТФОРМЫ	
Содержание	Дозировка
Выполнение ходьбы с увеличением темпа, ходьба на каждый счет и хлопки в ладони через счет. Разминка со степами: 4 <i>Step touch</i> - 8 счетов 2 <i>Мамба</i> - 8 счетов 2 <i>Шаг страдел</i> - 8 счетов 4 <i>Open step</i> - 8 счетов Комбинация - 32 счета 1. Ходьба обычная на месте. (Детям необходимо уловить темп движения). 2. Ходьба на степе. 3. Сделать приставной шаг назад со степа на пол и обратно на степ, с правой ноги, бодро работая руками. 4. Приставной шаг назад со степа, вперед со степа. 5. Ходьба на степе; руки поочередно движутся вперед, вверх, вперед, вниз. 1 занятие – разучивание шагов и счета; 2 занятие – совершенствование шагов, закреплять правильный цикл дыхания 1-2 шаг вдох через нос, 3-4 шаг выдох через рот (руки на животе)	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	
Содержание	Дозировка
<i>За высокой горой, на опушке леса стоит дом, в котором жили кот, петух и медведь</i> 1. Поза «Ребёнка» И. П. сед на пятках 1-8 наклон туловища вперед 9-16 И.П. Дыхание спокойное, произвольное	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Как обычно кот и медведь ушли на работу</i> 2. «Ходьба из положения стульчик» И.П. на четвереньках, поднять коленные суставы от пола 1-4 два шага вперед 5-8 тоже назад	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Петух в это время пошел в деревню за продуктами. Шел, он шел и заблудился</i> 3. Поза «Кобра» И.П. упор лежа, прогнувшись 1-4 согнуть руки 5-8 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Испугался петух, растерялся...</i> 3. Поза «собака мордой вниз» И.П. упор лежа 1-2 упор лежа, прогнувшись 3-4 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов

<i>Тут навстречу идет Баба Яга согнутая, горбатая</i> 4. Поза «Ребенка» И. П. поза «собака мордой вниз» 1-8 сед на пятки, наклон туловища вперед 9-16 И.П. Дыхание спокойное, произвольное.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Схватила она петуха и в избушку свою его тащит... Петух расправил крылья и упирается</i> 5. «Звезда» И.П. лежа на животе 1-2 развести руки и ноги в стороны 3-4 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Баба Яга ворчит: «Ах, ты, непослушный» И тащит его к себе в избушку</i> 6. «Бег в упоре лежа» И.П. упор лежа 1-2 сгибание левой 3-4 И.П. 5-6 тоже правой 7-8 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Тогда злая Баба Яга петуха на лопату усадила и головой вниз пригнула, чтобы удобно его было в печку засунуть</i> 7. «Наклон туловища вперед» И. П. о.с. 1-4 наклон туловища вперед 3-4 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Петух умненький и хитренький, сообразил, что надо крылья в стороны растопырить и на лопате не помещается...</i> 8. «Плие» И.П. широкая стойка 1-4 присед, руки в стороны 5-8 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Тогда Баба Яга рассердилась, ругается. А петух <u>говорит</u> ей: «Ну, что вы бабушка, сердитесь, я же не знаю, как надо, вы мне покажите</i> 9. «Перекаат назад» И.П. сед, согнув ноги, хват руками за голень 1-4 перекаат назад 5-8 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Баба Яга подумала, делать нечего и говорит: «Смотри, как надо!» Села удобно на лопату, голову пригнула к ногам.</i> 10. «Ягодичный мостик» И. П. лежа на спине, согнув ноги в коленных суставах 1-4 упор на плечи и стопы поднять таз, тянуть грудной отдел вверх 4-8 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов

В это время мимо шли с работы кот и медведь. Увидел друзей петух и побежал к ним	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов
11. Поза «Медведь» И.П. наклон туловища вперед, хват руками за большие пальцы ног 1-4 два шага вперед 5-8 два шага назад	Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
И друзья вместе пошли домой	Для детей 5-7 лет - 4-6 повторов
12. «Круглая спина» И.П. наклон туловища вперед, хват руками под коленный сустав 1-4 тяга туловища вверх 5-8 И.П.	
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ	
«Догонялки» Цель: воспитывать быстроту и ловкость. Дифференцировать звуки /л, л', р, р' /в тексте. Описание игры. Дети берутся за руки (они стоят за чертой) и идут ровной шеренгой к водящему, который сидит на расстоянии 10 м (7 м) на стуле. Мы, веселые ребята, Любим бегать и играть. Ну, попробуй нас догнать! Ну, попробуй нас догнать! Сказав последние слова, дети опускают руки и убегают, а водящий ловит кого-нибудь. Пойманный ребенок водит, и игра повторяется.	
«Дерево, куст, ручей, тропинка» Цель: способствовать формированию внимания Описание игры. Играющие строятся в колонну по одному вдоль какой-либо из сторон спортивного зала. Немного в стороне от игроков встает педагог, в руках у него бубен. Под ритмичные удары педагога в бубен дети начинают движение друг за другом в обход по залу, выполняя следующие команды: «Дерево» - игроки останавливаемся, поднимают руки вверх; «Куст» - приседают, пальцы рук касаются пола; «Ручей» - подпрыгивают на месте на двух ногах, руки на пояс; «Тропинка» - разбиваются на пары и берутся за руки (если пары ребенку не хватило, он должен встать прямо, руки вперед).	
ПЛАВАНИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ (07.12.2022, 21.12.2022, 06.12.2023, 20.12.2023)	
Содержание	

- ❖ движения ногами, лёжа на спине, с неподвижной опорой на различной глубине (опираясь о борт бассейна, лёжа в воде с опорой на предплечья);
- ❖ движения ногами в скольжении на груди (по типу кроля), с постепенным увеличением глубины воды, с выдохом в воду, держа руки в различных положениях;
- ❖ движения ногами в скольжении на спине (по типу кроля), с постепенным увеличением глубины воды, с выдохом в воду, держа руки в различных положениях;
- ❖ движения ногами в плавании на груди и спине (по типу кроля) с подвижной опорой на груди и спине. Буксировка с использованием снарядов, в парах. Использование вспомогательных снарядов: доски, плавучие игрушки;
- ❖ выполнение гребковых движений руками в скольжении, по типу облегченных, а так же спортивных способов (по типу кроля). Без выноса из воды, с выносом (попытки), попеременные, одновременные;
- ❖ выполнение гребковых движений руками в скольжении в сочетании с выдохом. Без выноса из воды, с выносом (попытки), попеременные, одновременные;
- ❖ игры с использованием скольжения в воде с движениями рук. С постепенным усложнением условий выполнения: глубина, различные варианты;
- ❖ плавание на груди с попеременными движениями ногами и движениями руками рук по типу облегченных и спортивных способов плавания. Движения ног по типу кроля. Движения рук попеременные: без выноса рук из воды, с попыткой выноса. Сочетание этих вариантов движений рук и ног с постепенным усложнением. Одновременные движения рук и сочетание их с попеременными движениями ног. Дыхание: произвольное, с задержкой на выдохе, с выдохом в воду (поднятие головы, поворот в сторону);
- ❖ плавание на спине с попеременными движениями ног и движениями рук по типу облегченных и спортивных способов плавания. Движения ног по типу кроля. Движения рук попеременные: без выноса рук из воды, с попыткой выноса. Сочетание этих вариантов движений рук и ног с постепенным усложнением. Одновременные движения рук и сочетание их с попеременными движениями ног. Дыхание: произвольное, с задержкой на выдохе, с выдохом в воду (поднятие головы, поворот в сторону);
- ❖ игры, связанные с координацией движений рук и ног. Постепенное усложнение координации движений, используемых в играх. Изменение условий игры (с усложнением). Использование элементов соревнований

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В БАССЕЙНЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Игра «Звонкие - глухие»

Педагог раскидывает тонущие игрушки в виде букв.

Детям предлагается найти и положить в контейнер только звонкие звуки

Игра «Звонкие - глухие»

Педагог раскидывает тонущие игрушки в виде букв. .

Детям предлагается найти и положить в контейнер только глухие звуки

ЯНВАРЬ	
ТЕМА: НАРОДНЫЕ СКАЗКИ	
ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ЗАНЯТИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ (18.01.2023, 17.01.2024, 31.01.2024)	
ЛОГОРИТМИКА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СТЕП-ПЛАТФОРМЫ	
Содержание	Дозировка
Ходьба на каждый счет и через счет с хлопками. Приставной шаг вперед с пружинкой и хлопками перед собой. Шаг вперед, назад, в сторону. Разминка со степом: 4 Step line - 8 счетов 2 Шаг страдел - 8 счетов 2 Step line - 8 счетов 4 Step «захлест» - 8 счетов Комбинация - 32 счета 1. И.п.: стоя на степе боком, руки опущены. Во время ходьбы на месте поднять обе руки вперед и вверх; при этом голову приподнять; вернуться в и.п. 2. Шагая на степе, из положения руки за головой разводить их в стороны с поворотом туловища вправо-влево 3. Встать на степен друг за другом («паровозиком»). Сделать шаг со степа назад (вперед), одновременно опуская и поднимая плечи. 4. Повернуться кругом, повторить то же. 1 занятие – разучивание шагов и счета; 2 занятие – совершенствование шагов, закреплять правильный цикл дыхания 1-2 шаг вдох через нос, 3-4 шаг выдох через рот (руки на животе)	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	
Содержание	Дозировка
<i>По мотивам русских народных сказок «Приключение колобка зимой»</i> <i>Инструктор по Ф.К.: Наступила зима. Выпало много снега. Замело все дороги. Деревья укрылись серебристым инеем.</i> 1. Поза «Солнца» И.П. о.с. 1-8 поднять руки, развести в стороны и выполнить прогиб в грудном отделе позвоночного столба. 9-16 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>В маленьком домике жили дед да баба. Поздним вечером испекла бабка колобка и положила его на окошко остудить. Вдруг, колобок ожил, открыл глаза, осмотрелся и увидел за окном кошку. Кошка сидела на дереве и рассматривала птиц.</i> 2. Поза «Дерева» И. П. о.с. 1-8 согнуть правую ногу, удерживая равновесие на левой. Правой рукой выполнить хват за внутреннюю поверхность правого бедра. Соедините ладони и поместите их перед грудью пальцами вверх, предплечья держите параллельно полу. 9-16 И. П. (тоже со сменой) Дыхание спокойное, произвольное.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов

<i>Колобку было интересно наблюдать за кошкой, она прогнулась, потянулась и начала точить когти</i> 3. Поза «Добрая кошечка» И. П. на четвереньках 1-4 прогнуться и тянуться копчиком назад	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Вдруг из-за угла выбежала собака. Кошка испугалась и начала шипеть</i> 4. Поза «Злая кошечка» И.П. на четвереньках 1-4 округлить позвоночный столб и прижать подбородок к груди	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Колобок испугался за кошку, скатился и направился на улицу спасать ее. Пока колобок добрался до дерева, где сидела кошка, уже никого не было.</i> 5. «Перекат назад» И.П. сед, согнув ноги, хват руками за голень 1-4 перекал назад 5-8 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Катится Колобок, навстречу ему кролик. Какой румяный колобок, вкусный, наверное. Колобок, колобок, я тебя съем. - Не ешь меня, кролик, я тебе песенку спою:</i> <i>Я - колобок - румяный бок.</i> <i>Я зимою испечён,</i> <i>На окошке я стужён.</i> <i>По снежочку побежал и кролика повстречал.</i> <i>Давай лучше дружить,</i> <i>Кролик ответил: «У меня друзей мало, хорошо, давай дружить!»</i> 6. «Поза кролика» И.П. сед на пятках 1-8 встать на колени, выполнить хват под бедра, округлить позвоночник и опустить голову на пол 9-16 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Катится Колобок, рядом с ним кролик, а навстречу идет воин. Уставший воин, голодный. Какой румяный колобок, вкусный, подумал воин. Колобок, колобок, я тебя съем. Не ешь меня, воин, я тебе песенку спою:</i> <i>Я - колобок - румяный бок.</i> <i>Я зимою испечён,</i> <i>На окошке я стужён.</i> <i>По снежочку побежал и воина повстречал.</i> <i>Давай лучше дружить,</i> <i>Воин ответил: «У меня друзей мало, хорошо, давай дружить!»</i> 7. Поза «Воина» И.П. о.с. 1-2 выпад на правую 3-4 прогиб, руки вверх 6-8 И.П. (тоже со сменой)	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов

<i>Катится Колобок, рядом с ним кролик и воин, а навстречу идет медведь. Какой румяный колобок, вкусный, подумал воин. Колобок, колобок, я тебя съем. Не ешь меня, воин, я тебе песенку спою:</i> <i>Я - колобок - румяный бок.</i> <i>Я зимою испечён,</i> <i>На окошке я стужён.</i> <i>По снежочку побежал и медведя повстречал.</i> <i>Давай лучше дружить,</i> <i>Медведь ответил: «У меня друзей мало, хорошо, давай дружить!»</i> 8. Поза «Медведь» И.П. наклон туловища вперед, хват руками за большие пальцы ног 1-4 два шага вперед 5-8 два шага назад	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Катится Колобок с друзьями и видит кошку, которая сидит на древе. Рядом бегают собака и лает на нее</i> 9. «Поза «Собака мордой вниз» И.П. о.с. 1-2 наклон 3-4 упор лежа 5-6 упор лежа прогнувшись 7-8 упор лежа 9-10 наклон 11-12 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Подшли друзья к дереву, отогнали собаку и помогли кошке спуститься. Лесные друзья проводили кошку и колобка домой, и остались верными друзьями</i> 10. Поза «Добрая кошечка» И.П. на четвереньках 1-4 прогнуться и тянуться копчиком назад	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ	
«Отгадай, чей голосок» Цель. Развитие фонематического восприятия. Описание игры. Все играющие образуют круг. Один из играющих становится в середине круга с закрытыми глазами. Логопед указывает на того, кто будет говорит или петь: «Скок, скок, скок». Все играющие идет по кругу вправо и поют или говорят: «мы составили все в круг, повернемся разом круг! » На эти слова все поворачиваются, и продолжают далее: «А как скажешь – скок, скок, скок» (слова «скок, скок, скок» поет или говорит выбранный ребенок). Все останавливаются и заканчивают песню-речетатив словами: «Отгадай, чей голосок?». Стоящий в центре с закрытыми глазами открывает их, и должен отгадать – кто сказал слова «скок, скок, скок» или показывает откуда слышал голос. Если водящий угадал, дети меняются местами. Слова «скок, скок, скок» произносит только тот, на кого указал руководитель. Водящий не имеет права открывать глаза до тех пор, пока не закончится речитатив. Если водящий не угадал два раза, он сменяется.	
«Один, два, три» Цель: закреплять умение определять количество слогов в слове Описание игры. Дети расходятся по группе. По сигналу педагога «Внимание! Дошкольники смотрят на выставленную на доску картинку и строятся в колонну по одному, парами или тройками – в зависимости от количества слогов в слове.	
ПЛАВАНИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ (11.01.2023, 25.01.2023, 10.01.2024, 24.01.2024)	

Содержание	
❖	движения ногами, лёжа на спине, с неподвижной опорой на различной глубине (опираясь о борт бассейна, лёжа в воде с опорой на предплечья);
❖	движения ногами в скольжении на груди (по типу кроля), с постепенным увеличением глубины воды, с выдохом в воду, держа руки в различных положениях;
❖	движения ногами в скольжении на спине (по типу кроля), с постепенным увеличением глубины воды, с выдохом в воду, держа руки в различных положениях;
❖	движения ногами в плавании на груди и спине (по типу кроля) с подвижной опорой на груди и спине. Буксировка с использованием снарядов, в парах;
❖	выполнение гребковых движений руками в скольжении, по типу облегченных, а так же спортивных способов (по типу кроля). Без выноса из воды, с выносом (попытки), попеременные, одновременные;
❖	выполнение гребковых движений руками в скольжении в сочетании с выдохом. Без выноса из воды, с выносом (попытки), попеременные, одновременные;
❖	игры с использованием скольжения в воде с движениями рук. С постепенным усложнением условий выполнения: глубина, различные варианты;
❖	плавание на груди с попеременными движениями ногами и движениями руками рук по типу облегченных и спортивных способов плавания. Движения ног по типу кроля. Движения рук попеременные: без выноса рук из воды, с попыткой выноса. Сочетание этих вариантов движений рук и ног с постепенным усложнением. Одновременные движения рук и сочетание их с попеременными движениями ног. Дыхание: произвольное, с задержкой на выдохе, с выдохом в воду (поднятие головы, поворот в сторону);
❖	плавание на спине с попеременными движениями ног и движениями рук по типу облегченных и спортивных способов плавания. Движения ног по типу кроля. Движения рук попеременные: без выноса рук из воды, с попыткой выноса. Сочетание этих вариантов движений рук и ног с постепенным усложнением. Одновременные движения рук и сочетание их с попеременными движениями ног. Дыхание: произвольное, с задержкой на выдохе, с выдохом в воду (поднятие головы, поворот в сторону);
❖	попеременные движения лёжа на груди и спине в опорных положениях в сочетании с дыханием (по типу кроля). Движения ног по типу кроля на груди и на спине: с неподвижной опорой – у стенки, лесенки, держись за шест; неподвижной- доска, игрушка и др., с буксировкой. Дыхание в сочетании с движениями; попеременные движения ног в плавании на груди и спине без опоры в сочетании с дыханием (по типу кроля). Движения ног по типу кроля: на спине, груди. Различные положения рук: вытянуты вперёд, прижаты к туловищу, за спину, за голову; одна впереди, другая у туловища т.д. максимальное использование бассейна
❖	попеременные движения ног в плавании на груди и спине без опоры в сочетании с дыханием (по типу кроля). Движения ног по типу кроля: на спине, груди. Различные положения рук: вытянуты вперёд, прижаты к туловищу, за спину, за голову; одна впереди, другая у туловища т.д. максимальное использование бассейна;
❖	движения руками на суше в сочетании с дыханием. Имитация гребковых движений: в облегченных способах (без выноса), в спортивных способах (имитация выноса с гребком). Дыхание произвольное, в ритме движения: с подниманием головы, с поворотом в сторону выдоха. Имитация выдоха в воду: постепенный, взрывной;
❖	движения руками в воде в опорных положениях в сочетании с дыханием. Гребковые движения руками: одной, двумя, попеременные и одновременные на дне бассейна, передвигаясь по дну. Дыхание в ритме рук: с подниманием головы, с поворотом её в сторону выдоха;
❖	плавание за счёт движений рук. С подвижной опорой в ногах (доска, круг, надувная игрушка), без опоры- ноги вытянуты, сжаты, разведены. Попеременные движения руками по типу кроля: без выноса, попытки выноса. Одновременные движения руками (без выноса). Дыхание произвольное, в ритме рук: с подниманием головы, с поворотом
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В БАССЕЙНЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ	
Игра «Назови ласково»	
Педагог раскидывает тонущие игрушки на дно бассейна.	
Дети собирают игрушки, складывают в контейнер и называют любое существительное с уменьшительным суффиксом (пример: ложечка, елочка, снежок).	

Игра «Назови ласково» Педагог раскидывает тонущие игрушки на дно бассейна. Дети собирают игрушки, складывают в контейнер и называют любое прилагательное с уменьшительным суффиксом (красивенький, хорошенький, маленький).
--

ФЕВРАЛЬ	
ТЕМА: НАРОДНЫЕ СКАЗКИ	
ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ЗАНЯТИЕ С СЮЖЕТНЫМ СОПРОВОЖДЕНИЕМ (01.02.2023, 15.02.2023, 14.02.2024, 28.02.2023)	
ЛОГОРИТМИКА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ «БОСУ»	
Содержание	Дозировка
1. Ходьба и бег змейкой вокруг «Босу». 2. Ходьба с перешагиванием через «Босу». 3. Разминка с «Босу»: 4 Step line - 8 счетов 2 Шаг страдал - 8 счетов 2 Step line - 8 счетов 4 Step «захлест» - 8 счетов Комбинация - 32 счета 1 занятие – разучивание шагов и счета; 2 занятие – совершенствование шагов, закреплять правильный цикл дыхания 1-2 шаг вдох через нос, 3-4 шаг выдох через рот (руки на животе)	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
УПРАЖНЕНИЯ С СЮЖЕТНЫМ СОПРОВОЖДЕНИЕМ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРА	
Содержание	Дозировка
<i>Ехал мужик, да рукавицу потерял. Большая, как целый дом.</i> 1. «Развороты туловища из широкой стойки» И.П. широкая стойка, руки в стороны 1- наклон и разворот туловища вперед, коснуться правой рукой, левой стопы 2. И.П. 3-4 тоже со сменой	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Бежит мимо мышка-норушка. Увидела ее, остановилась и спрашивает: Рукавичка-рукавичка! Кто же тут живет? Никто не отвечает. Вошла мышка в теремок и стала там жить.</i> 2. «Круглая спина» И.П. о.с. хват руками под коленями 1-4 округлить спину, потянуть позвоночник вверх, подбородок прижать к груди 5-8 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов

Прискакала лягушка-квакушка и спрашивает: Рукавичка-рукавичка! Кто же тут живет? Никто не отзывается. - Я, мышка-норушка! А ты кто? - А я лягушка-квакушка. Иди ко мне жить! Лягушка прыгнула в теремок. Стали они вдвоем жить. 3. «Лягушка» И.П. сед согнув ноги 1- развести колени в стороны 2- И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
Бежит мимо зайчик-побегайчик. Остановился и спрашивает: Рукавичка-рукавичка! Кто же тут живе? - Я, мышка-норушка! - Я, лягушка-квакушка! А ты кто? - А я зайчик-побегайчик! Иди к нам жить! Зайчик прыгнул в теремок. 4. Поза «Кролика» И.П. сед на пятках 1-8 встать на колени, выполнить хват под бедра, округлить позвоночник и опустить голову на пол 9-16 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
Идет мимо лисичка-сестричка. Постучала в окошко и спрашивает: Рукавичка-рукавичка! Кто же тут живет? - Я, мышка-норушка. - Я, лягушка-квакушка. - Я, зайчик-побегайчик. А ты кто? - А я лисичка-сестричка. Иди к нам жить! Забралась лисичка в теремок. Стали они вчетвером жить. 5. Поза «Сфинкс» И.П. упор на локти 1-8 прогнуться в грудном отделе позвоночного столба, на выдохе вытянуть макушку вверх 9-16 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов

<i>Вдруг идет медведь косолапый. Увидел медведь рукавичку, услышал песни, остановился и заревел во всю мочь: Рукавичка-рукавичка! Кто же тут живет? - Я, мышка-норушка. - Я, лягушка-квакушка. - Я, зайчик-побегайчик. - Я, лисичка-сестричка. А ты кто? - А я медведь косолапый. Иди к нам жить! Медведь и полез. Лез-лез, лез-лез — никак не мог влезть и говорит: Влез медведь, уселся и порвалась рукавичка. А звери прочь разбежались</i> 6. «Перекаты в стороны» И.П. лежа на спине, хват руками за голень 1-2 перекаат вправо 3-4 перекаат влево	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Еле-еле успели выскочить мышка-норушка, лягушка-квакушка, зайчик-побегайчик и лисичка-сестричка. Принялись они бревна носить и доски пилить, , не рукавичку, а теремок строить. Спустя время, построили они дом лучше прежнего</i> 7. «Ягодичный мостик» И.П. лежа на лопатках, руки вдоль туловища, ноги согнуть в коленях 1-8 прогнуться, хват руками за стопы 9-16 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА ВНИМАНИЕ	
«Что? Где? Когда?» Цель: Формирование лексико-грамматический строй речи и ориентировку в пространстве. Описание игры. В спортивном зале используются предлоги: в, на, за, перед, около. По залу разложены предметы и спортивное оборудование. Играющие выполняют команды: 1. встаньте на скамейку 2. положите мяч в обруч 3. перепрыгните через канат 4. встать за скамейку 5. остановиться около лестницы 6. сесть на бревнышко.	
«Прятки» Цель: закреплять умение употреблять предлоги на, под, в. Описание игры: Педагог закрывает глаза и произносит следующие слова: Разбегайтесь-ка, ребятки, Начинаем играть в прятки. Спрячь игрушку далеко, Не найдёт её никто! Дети берут игрушки со стола, разбегаются по группе и прячут их в разных местах. Взрослый открывает глаза, делает вид, что не может найти игрушки, и просит детей помочь ему в поиске: «Таня куда ты спрятала свою игрушку?». Таня отвечает: «Я спрятала зайца под шкаф». Коля: «Я спрятал машину в шкаф». Оля: «Я спрятала куклу на полке» и т. д. Игра повторяется несколько раз.	
ПЛАВАНИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ 08.02.2023, 22.02.2023, 07.02.2024, 21.02.2024)	
Содержание	

- ❖ движения ногами в скольжении на спине (по типу кроля), с постепенным увеличением глубины воды, с выдохом в воду, держа руки в различных положениях;
- ❖ движения ногами в плавании на груди и спине (по типу кроля) с подвижной опорой на груди и спине. Буксировка с использованием снарядов, в парах. Использование вспомогательных снарядов: доски, плавучие игрушки;
- ❖ выполнение гребковых движений руками в скольжении, по типу облегченных, а так же спортивных способов (по типу кроля). Без выноса из воды, с выносом (попытка), попеременные, одновременные;
- ❖ игры с использованием скольжения в воде с движениями рук. С постепенным усложнением условий выполнения: глубина, различные варианты;
- ❖ плавание на груди с попеременными движениями ногами и движениями руками рук по типу облегченных и спортивных способов плавания. Движения ног по типу кроля. Движения рук попеременные: без выноса рук из воды, с попыткой выноса. Сочетание этих вариантов движений рук и ног с постепенным усложнением. Одновременные движения рук и сочетание их с попеременными движениями ног. Дыхание: произвольное, с задержкой на выдохе, с выдохом в воду (поднятие головы, поворот в сторону);
- ❖ плавание на спине с попеременными движениями ног и движениями рук по типу облегченных и спортивных способов плавания. Движения ног по типу кроля. Движения рук попеременные: без выноса рук из воды, с попыткой выноса. Сочетание этих вариантов движений рук и ног с постепенным усложнением. Одновременные движения рук и сочетание их с попеременными движениями ног. Дыхание: произвольное, с задержкой на выдохе, с выдохом в воду (поднятие головы, поворот в сторону);
- ❖ попеременные движения лёжа на груди и спине в опорных положениях в сочетании с дыханием (по типу кроля). Движения ног по типу кроля на груди и на спине: с неподвижной опорой – у стенки, лесенки, держись за шест; неподвижной- доска, игрушка и др.; с буксировкой. Дыхание в сочетании с движениями;
- ❖ попеременные движения ног в плавании на груди и спине без опоры в сочетании с дыханием (по типу кроля). Движения ног по типу кроля: на спине, груди. Различные положения рук: вытянуты вперёд, прижаты к туловищу, за спину, за голову; одна впереди, другая у туловища т.д. максимальное использование бассейна;
- ❖ движения руками на суше в сочетании с дыханием. Имитация гребковых движений: в облегченных способах (без выноса), в спортивных способах (имитация выноса с гребком). Дыхание произвольное, в ритме движения: с подниманием головы, с поворотом в сторону выдоха. Имитация выдоха в воду: постепенный, взрывной;
- ❖ движения руками в воде в опорных положениях в сочетании с дыханием. Гребковые движения руками: одной, двумя, попеременные и одновременные на дне бассейна, передвигаясь по дну. Дыхание в ритме рук: с подниманием головы, с поворотом её в сторону выдоха;
- ❖ плавание за счёт движений рук. С подвижной опорой в ногах (доска, круг, надувная игрушка), без опоры- ноги вытянуты, сжаты, разведены. Попеременные движения руками по типу кроля: без выноса, попытки выноса. Одновременные движения руками (без выноса). Дыхание произвольное, в ритме рук: с подниманием головы, с поворотом

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В БАССЕЙНЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Игра «Гласные-согласные»

Педагог раскидывает тонущие игрушки в виде букв.

Детям предлагается найти и положить в контейнер только гласные звуки

Игра «Гласные-согласные»

Педагог раскидывает тонущие игрушки в виде букв. .

Детям предлагается найти и положить в контейнер только согласные звуки

МАРТ	
ТЕМА: ЖИВОТНЫЙ МИР ЮГРЫ	
ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ЗАНЯТИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ 01.03.2023, 15.03.2023, 29.03.2023, 13.03.2024, 20.03.2024)	
ЛОГОРИТМИКА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СТЕП-ПЛАТФОРМЫ	
Содержание	Дозировка
Ходьба с хлопками в ладоши. Ходьба под музыку, боковой галоп, остановка по 3 хлопка справа и слева, 3 хлопка по коленям. Разминка со степом: 4 Step line - 8 счетов 2 Шаг страдел - 8 счетов 2 Step «захлест» - 8 счетов 4 Greb wail (Принцесса) - 8 счетов Комбинация - 32 счета 1. Одновременно с ходьбой на степе выпрямить руки вверх, разжимая кулаки, посмотреть на них; руки к плечам, кисти сжать в кулаки. 2. Шаг на степ – со степа, бодро работая руками. 3. Одновременно с ходьбой на степе раскачивать руки вперед-назад с хлопками спереди и сзади. 4. Ходьба на степе, поворачиваясь вокруг себя со свободными движениями рук. (В одну и другую сторону). 1 занятие – совершенствование шагов с изменением силы голоса при счете (говорить тише, громче, умеренно, громко, тихо, шепотом); 2 занятие – совершенствование шагов с изменением темпа (медленно, быстро)	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	
Содержание	Дозировка
<i>Инструктор по Ф.К.:</i> За высокими горами, за зелеными лугами, за просторными полями высился густой, непроходимый лес 1. Поза «Дерева» И.П. о.с. 1-8 согнуть правую ногу, удерживая равновесие на левой. Правой рукой выполнить хват за внутреннюю поверхность правого бедра. Соедините ладони и поместите их перед грудью пальцами вверх, предплечья держите параллельно полу. 9-16 И. П. (тоже со сменой) Дыхание спокойное, произвольное.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>В самой его глухой чаще жила большая медведица с двумя маленькими медвежатами.</i> 2. Поза «Медведь» И.П. наклон туловища вперед, хват руками за большие пальцы ног 1-4 два шага вперед 5-8 два шага назад	Для детей 5-7 лет - 4-6 повторов
<i>Когда выросли медвежата, то оставили родную берлогу и отправились гулять по свету</i> 3. «Боковые выпады» И.П. упор на правую 1- согнуть правую 2. И.П. 3-4 тоже самое со сменой	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов

<i>Увидели медведи мост, который вел на поляну</i> 4.«Наклон в прогибе» И.П. о.с. 1-4 наклон туловища в прогибе вперед, руки вверх 5-8 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Набродили медведи на полянку усеянной малиной и начали лакомиться</i> 5. «Лодочка» И.П. лежа на груди, руки поднять вверх 1-4 прогиб, поднять руки и ноги 5-8 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Повзрослевшие медвежата вспомнили свою маму, и как она приносила им вкусную малину. Рядом они увидели корзинку и начали собирать для нее малину</i> 6. «Корзинка» И.П. лежа на животе, хват руками за стопы 1-16 перекач вперед и назад	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Собрали медведи полную корзинку, и пошли домой</i> 7. Поза «Плуг» И.П. лежа на спине 1-8 запрокинуть ноги за голову, выполнить упор пальцами стоп в пол, подбородок прижать к груди. Прямые руки завести за спину	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Увидела мама своих детей, обрадовалась и от радости заплакала</i> 8. Поза «Березка» И.П. поза плуг 1-8 упор руками в области поясницы и выпрямить ноги и поднять их вверх 9-16 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Мама вырастила замечательных детей, которые теперь будут заботиться о ней</i> 9. «Наклон» И.П. сед 1-8 наклон туловища вперед 9-16 И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ	

Игра-эстафета «Собери предложение» Цель: закреплять умение составлять предложение из отдельных слов с предлогом; Описание игры: Дошкольники разбиваются на две команды, игроки выстраиваются в две колонны. Перед каждой колонной лежат 4 обруча. По сигналу педагога один ребенок из каждой колонны прыгает из обруча в обруч, занимая их по очереди и забирая из них картинки и схемы. Например, в первом обруче находилась картинка с изображением воробья, во втором-схема предлога на, в третьем-картинка с изображением дерева, в четвертом-картинка с изображением молоточка (обозначающего глагол). Взрослый называет слова для первой команды: воробей, на, дерево, сидит, затем слова для второй команды: под, стол, лежит, кот. Педагог предлагает командам составить из этих слов предложение и для каждого слова занять нужный обруч. После выполнения задания команда, допустившая наименьшее количество ошибок, получает флажок. На втором этапе игры раскладываются новые картинки и схемы. Например: рыбы, аквариум, схема предлога в, молоточек; мальчик, или схема предлога из, молоточек, дом	
«Кто внимательнее?» Цель: Способствовать формированию внимания Описание игры. Я буду читать стихотворение, а вы постарайтесь хлопнуть в ладоши тогда, когда услышите слово, обозначающее не птицу. Прилетели птицы: Голуби, синицы, Мухи и стрижи. Прилетели птицы: аисты, вороны, галки, макароны. Прилетели птицы: Чибисы, чижи, Галки и стрижи, Комары, кукушки. Прилетели птицы: Аисты, кукушки, Совы и ватрушки.	
ПЛАВАНИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ 08.03.2023, 22.03.2023, 06.03.2024, 27.03.2024)	
Содержание	
❖ плавание на спине с попеременными движениями ног и движениями рук по типу облегчённых и спортивных способов плавания. Движения ног по типу кроля. Движения рук попеременные: без выноса рук из воды, с попыткой выноса. Сочетание этих вариантов движений рук и ног с постепенным усложнением. Одновременные движения рук и сочетание их с попеременными движениями ног. Дыхание: произвольное, с задержкой на выдохе, с выдохом в воду (поднятие головы, поворот в сторону); ❖ попеременные движения лёжа на груди и спине в опорных положениях в сочетании с дыханием (по типу кроля). Движения ног по типу кроля на груди и на спине: с неподвижной опорой – у стенки, лесенки, держись за шест; неподвижной- доска, игрушка и др.; с буксировкой. Дыхание в сочетании с движениями; ❖ попеременные движения ног в плавании на груди и спине без опоры в сочетании с дыханием (по типу кроля). Движения ног по типу кроля: на спине, груди. Различные положения рук: вытянуты вперёд, прижаты к туловищу, за спину, за голову; одна впереди, другая у туловища т.д. максимальное использование бассейна; ❖ движения руками на суше в сочетании с дыханием. Имитация гребковых движений: в облегчённых способах (без выноса), в спортивных способах (имитация выноса с гребком). Дыхание произвольное, в ритме движения: с подниманием головы, с поворотом в сторону выдоха. Имитация выдоха в воду: постепенный, взрывной; ❖ движения руками в воде в опорных положениях в сочетании с дыханием. Гребковые движения руками: одной, двумя, попеременные и одновременные на дне бассейна, передвигаясь по дну. Дыхание в ритме рук: с подниманием головы, с поворотом её в сторону выдоха; ❖ плавание за счёт движений рук. С подвижной опорой в ногах (доска, круг, надувная игрушка), без опоры- ноги вытянуты, сжаты, разведены. Попеременные движения руками по типу кроля: без выноса, попытки выноса. Одновременные движения руками (без выноса). Дыхание произвольное, в ритме рук: с подниманием головы, с поворотом;	

❖ плавание облегчённым способом в полной координации. Попытки плавать облегчённым способом в различных сочетаниях движений рук и ног, руки и ноги по типу кроля (без выноса) на груди и спине, попытки с выносом. Ноги по типу кроля, руки- одновременные движения (без выноса). Дыхание произвольное и в соответствии с ритмом движения; ❖ игры с использованием облегченных способов плавания. Игры на плавание в различных сочетаниях движений рук и ног с постепенным усложнением. Введения элементов соревнований
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В БАССЕЙНЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ
Игра «Назови ласково» Педагог раскидывает тонущие игрушки на дно бассейна. Дети собирают игрушки, складывают в контейнер и называют любое существительное с уменьшительным суффиксом (пример: ложечка, елочка, снежок). Игра «Назови ласково» Педагог раскидывает тонущие игрушки на дно бассейна. Дети собирают игрушки, складывают в контейнер и называют любое прилагательное с уменьшительным суффиксом (красивенький, хорошенький, маленький).

АПРЕЛЬ	
ТЕМА: ДОМАШНИЕ ЛЮБИМЦЫ	
ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ЗАНЯТИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ (12.04.2023, 26.04.2023, 03.04.2024, 17.04.2024)	
ЛОГОРИТМИКА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СТЕП-ПЛАТФОРМЫ	
Содержание	Дозировка
Ходьба, 1, 2, 3, на 4 – хлопокверху над головой, то же под ногой. Шаг вперед, назад, в сторону, ходьба с хлопками у груди. Разминка со степами: 4 Step line - 8 счетов 2 Шаг страдел - 8 счетов 2 Step «захлест» - 8 счетов 4 Greb wail (Принцесса) - 8 счетов Комбинация - 32 счета 1. Поднимание плеч вверх-вниз. 2. Ходьба обычная на месте, на степе. 3. Приставной шаг вперед со степа на пол и обратно на степ. 4. Приставной шаг назад. 5. Приставной шаг вправо (влево) со степа, вернуться в и.п. 1 занятие – совершенствование шагов с изменением силы голоса при счете (говорить тише, громче, умеренно, громко, тихо, шепотом); 2 занятие – совершенствование шагов с изменением темпа (медленно, быстро)	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	
Содержание	Дозировка
Инструктор по Ф.К.: У меня дома появился котенок, который любит делать зарядку. Сидя на диване он наблюдает за всеми в квартире 1. «Полукруг головой из положения сед» И.П.– сед 1–4– полукруг головой вправо 5–8–полукруг головой влево	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов

<i>Размахивая лапами он ловит солнечных зайчиков</i> 2. «Круговые движения руками из положения сед» И.П.– сед, руки вверх, ладонью друг на друга 1–8– поочередные круговые движения руками вперед 9–16– то же назад	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Когда он прыгает с дивана, то смешно барахтается на ковре</i> 3. «Сведение и разведение ног из положения сед углом» И.П.– сед углом, упор на предплечья 1– развести ноги 2– И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Его любимая игрушка-это клубок шерстяной пряжи</i> 4. «Перекаат назад из положения сед углом» И.П.– сед углом, упор на предплечья 1–6–перекаат назад 7–8–И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
Что бы добраться до клубка котенок ставится на задние лапки и тянется к корзинке 5.«Стойка на коленях из положения сед «зед» И.П.– сед «зед» правая вперед, руки за головой 1– стойка на коленях 2– И.П. (тоже со сменой)	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>После его игр бабушка долго распутывает нитки</i> 6.«Прогиб из положения сед «зед» И.П. сед «зед» правая вперед 1–упор левой рукой за спину и прогиб назад, правая рука вверх 2–И.П. (то же со сменой)	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ	
«Тише, тише: Маша пишет!» Цель: Воспитывать быстроту и ловкость. Автоматизировать звука /ш/ в предложениях. Описание игры. Дети, взявшись за руки, ходят вокруг Маши или Миши (такое имя дается любому выбранному ребенку) и тихо говорят: «Тише, тише: Маша пишет, наша Маша долго пишет, а кто Маше помешает, того Маша догоняет». После этих слов дети бегут в домик (отведенное педагогом место), а тот, кого Маша поймает, должен придумать и сказать слово со звуком Ш. Потом выбирают новую Машу (или Мишу). Примечание. Педагогу нужно следить за тем, чтобы дети говорили неторопливо, четко, вполголоса. Если ребенок затрудняется придумать слово со звуком Ш, ему помогают дети или педагог, задав наводящий вопрос («Что ты надеваешь на голову, когда идешь гулять?»).	

«Что бывает круглым?» Цель: умение согласовывать прилагательные с существительными. Расширение словарного запаса детей, развитие воображения, памяти, ловкости. Описание игры: На первом этапе, если у детей наблюдаются трудности, то можно расположить карточки с предметами вокруг. Педагог, бросая мяч детям, задаёт вопрос, ребёнок, поймавший мяч, должен на него ответить и вернуть мяч. – круглый (мяч, шар, ...) - круглое (яблоко, солнце...) – длинная (дорога, река, верёвка, лента, нитка...) - высокое (дерево, небо....), – колючий (ёж, кактус,...) - колючая (роза, елка...)	
ПЛАВАНИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ (05.04.2023, 19.04.2023, 10.04.2024, 24.04.2024)	
СОДЕРЖАНИЕ	
❖ плавание на спине с попеременными движениями ног и движениями рук по типу облегчённых и спортивных способов плавания. Движения ног по типу кроля. Движения рук попеременные: без выноса рук из воды, с попыткой выноса. Сочетание этих вариантов движений рук и ног с постепенным усложнением. Одновременные движения рук и сочетание их с попеременными движениями ног. Дыхание: произвольное, с задержкой на выдохе, с выдохом в воду (поднятие головы, поворот в сторону); ❖ попеременные движения лёжа на груди и спине в опорных положениях в сочетании с дыханием (по типу кроля). Движения ног по типу кроля на груди и на спине: с неподвижной опорой – у стенки, лесенки, держись за шест; неподвижной- доска, игрушка и др.; с буксировкой. Дыхание в сочетании с движениями; ❖ попеременные движения ног в плавании на груди и спине без опоры в сочетании с дыханием (по типу кроля). Движения ног по типу кроля: на спине, груди. Различные положения рук: вытянуты вперёд, прижаты к туловищу, за спину, за голову; одна впереди, другая у туловища т.д. максимальное использование бассейна; ❖ движения руками на суше в сочетании с дыханием. Имитация гребковых движений: в облегчённых способах (без выноса), в спортивных способах (имитация выноса с гребком). Дыхание произвольное, в ритме движения: с подниманием головы, с поворотом в сторону выдоха. Имитация выдоха в воду: постепенный, взрывной;	

- ❖ движения руками в воде в опорных положениях в сочетании с дыханием. Гребковые движения руками: одной, двумя, попеременные и одновременные на дне бассейна, передвигаясь по дну. Дыхание в ритме рук: с подниманием головы, с поворотом её в сторону выдоха;
- ❖ плавание за счёт движений рук. С подвижной опорой в ногах (доска, круг, надувная игрушка), без опоры- ноги вытянуты, сжаты, разведены. Попеременные движения руками по типу кроля: без выноса, попытки выноса. Одновременные движения руками (без выноса). Дыхание произвольное, в ритме рук: с подниманием головы, с поворотом;
- ❖ плавание облегчённым способом в полной координации. Попытки плавать облегчённым способом в различных сочетаниях движений рук и ног, руки и ноги по типу кроля (без выноса) на груди и спине, попытки с выносом. Ноги по типу кроля, руки- одновременные движения (без выноса). Дыхание произвольное и в соответствии с ритмом движения;
- ❖ игры с использованием облегченных способов плавания. Игры на плавание в различных сочетаниях движений рук и ног с постепенным усложнением. Введения элементов соревнований;
- ❖ упражнения имитационного характера. На суше, в воде на месте и в продвижении по дну: шагом, бегом- имитация гребковых движений руками в кроле (на груди и спине). Имитация движений ног в кроле: а суше и в воде. Различные имитационные движения руками и ногами в сочетании с дыханием;
- ❖ плавание за счёт движений ногами на груди и спине, в сочетании с дыханием (способом кроль). на груди и спине с различным положением рук: вытянуты, прижаты к туловищу- одна, обе и т.д. с доской, кругом, игрушкой в руках. Дыхание в ритме движения: с подниманием, поворотом головы;
- ❖ плавание за счёт движений руками на груди и спине с дыханием. На груди, спине из различных положений рук: вытянуты вперёд, прижаты к туловищу- одна, обе, гребок одной, другая вытянута и т.д.; поочерёдная работа рук. Ноги произвольно, вытянуты, с поддерживающими средствами;
- ❖ упражнения, подводящие к плаванию кролем на груди и спине в полной координации. Упражнения, подводящие к выполнению одного цикла способом кроль, двух циклов и т.д. различные варианты работы рук с движениями ног по типу кроля. Дыхание в ритме темпе работы с поворотом головы и выдохом в воду. Упражнения с постепенным усложнением
- ❖ плавание кролем на груди и спине в полной координации. Плавание кролем на груди и спине в полной координации, выполняя 1, 2, 3, 4 и более циклов. Дыхание на груди с выдохом в воду, вдох с поворотом головы. На спине- в ритме работы. Постепенное увеличение длины проплывания. Устранение ошибок.
- ❖ игры в воде с использованием изученных способов плавания. Игры с постепенным усложнением заданий в плавании на груди и спине. Использование элементов соревнований

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В БАССЕЙНЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Игра «Звонкие - глухие»

Педагог раскидывает тонущие игрушки в виде букв.

Детям предлагается найти и положить в контейнер только звонкие звуки

Игра «Звонкие - глухие»

Педагог раскидывает тонущие игрушки в виде букв. .

Детям предлагается найти и положить в контейнер только глухие звуки

МАЙ	
ТЕМА: ВЕСНА В ЮГРЕ	
ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ЗАНЯТИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ (10.05.2023, 08.05.2024)	
ЛОГОРИТМИКА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СТЕП-ПЛАТФОРМЫ	
Содержание	Дозировка
1. Ходьба и бег змейкой вокруг степов. 2. Ходьба с перешагиванием через степы. Разминка со степами: 4 Step line - 8 счетов 2 Шаг страддел - 8 счетов 2 Step line - 8 счетов 4 Step «захлест» - 8 счетов Комбинация - 32 счета 1 занятие – совершенствование шагов с изменением силы голоса при счете (говорить тише, громче, умеренно, громко, тихо, шепотом); 2 занятие – совершенствование шагов с изменением темпа (медленно, быстро)	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
ПИЛАТЕС, СУХОЕ ПЛАВАНИЕ, МИОФАСЦИАЛЬНОЕ РАССЛАБЛЕНИЕ	
Содержание	Дозировка
<i>Инструктор по Ф.К. С каждым днем все теплее и ярче светит солнце, просыпаются насекомые</i> 1. «Круговые движения плечами» И.П. – узкая стойка ноги врозь 1–4 – круговые движения плечевыми суставами вперед 5–8 – то же назад	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Они выползают из своих домиков</i> 2. «Ходьба в стульчике» И.П. – О.С. 1 – упор присев 2 – упор лежа, ноги согнуть в коленных суставах на 45° 3–8 – разноименные шаги вперед, упор на кисти и стопы 9–14 – разноименные шаги назад, упор на кисти и стопы 15 – упор присев 16 – И.П.	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Вот зеленый кузнечик вытягивает свои длинные лапки</i> 3. «Упражнение на баланс в упоре на коленях» И.П. – упор на коленях 1–3 – поднять до уровня головы разноименную руку и ногу 4 – И.П. 5–8 – то же со сменой	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов
<i>Бабочки расправляют свои крылья после долгой зимы</i> 4. «Развороты в грудном отделе позвоночного столба их упора на коленях» И.П. упор на коленях 1 – поднять правую руку вверх 2 – И.П. 3–4 – то же на левую	Для детей 5-6 лет - 4-6 повторов Для детей 6-7 лет - 6-8 повторов

<i>Божья коровка соскользнув с травинки упала на спинку и пытается встать на лапки</i> 5. «Массаж для спины 1» И.П. Валик поперек позвоночного столба. Лечь на валик грудным отделом позвоночного столба, руки за головой, ноги согнуты в коленях под углом 45° Выполнить прокатывающиеся движения вверх и вниз в области грудного отдела позвоночного столба.	Для детей 5-6 лет - 6-8 повторов Для детей 6-7 лет - 8-10 повторов
6. «Массаж для спины 2» И.П. Валик вдоль позвоночного столба. Лечь на валик грудным отделом позвоночного столба, руки за головой, ноги согнуты в коленях под углом 45°. Выполнить прокатывающиеся движения правой части грудного отдела (область лопаток) позвоночного столба. То же со сменой. Все рады весне, а мы рада началу нового дня	Для детей 5-7 лет 8-10 повторов
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ	
«Мухи в паутине» Цель. Развивать у детей выдержку, ловкость. Упражнять в беге, приседании, построении в круг, ходьбе по кругу. Автоматизация изолированного звука ж. Описание игры. Часть детей изображает паутину. Они образуют круг и опускают руки. Другие дети изображают мух. Они жужжат: ж-ж-ж..., влетая в круг и вылетая из него. По сигналу логопеда дети, изображающие паутину, берутся за руки. Те, которые не успели выбежать из круга, попадают в паутину и выбывают из игры. Игра продолжается до тех пор, пока все мухи не будут пойманы.	
«Чьи детки?» Цель. Закреплять в активном словаре детей существительные по теме «Домашние животные». Описание игры. Дети стоят в круг. В центр круга встает педагог с мячом в руках. Он кидает мяч первому игроку с: словами: «Плачут котята, они потеряли свою маму. Кто у котят мама?» Ребенок ловит мяч, отвечает педагогу: «Кошка» Если играющий отвечает неправильно: он выходит из игры. Далее педагог поочередно кидает мяч остальным детям. В игре побеждают 2-3 самых внимательных игрока.	
ПЛАВАНИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ (03.05.2023, 17.05.2023, 15.05.2024)	
Содержание	

- ❖ попеременные движения лёжа на груди и спине в опорных положениях в сочетании с дыханием (по типу кроля). Движения ног по типу кроля на груди и на спине: с неподвижной опорой – у стенки, лесенки, держись за шест; неподвижной- доска, игрушка и др.; с буксировкой. Дыхание в сочетании с движениями;
- ❖ попеременные движения ног в плавании на груди и спине без опоры в сочетании с дыханием (по типу кроля). Движения ног по типу кроля: на спине, груди. Различные положения рук: вытянуты вперёд, прижаты к туловищу, за спину, за голову; одна впереди, другая у туловища т.д. максимальное использование бассейна;
- ❖ движения руками на суше в сочетании с дыханием. Имитация гребковых движений: в облегчённых способах (без выноса), в спортивных способах (имитация выноса с гребком). Дыхание произвольное, в ритме движения: с подниманием головы, с поворотом в сторону выдоха. Имитация выдоха в воду: постепенный, взрывной;
- ❖ движения руками в воде в опорных положениях в сочетании с дыханием. Гребковые движения руками: одной, двумя, попеременные и одновременные на дне бассейна, передвигаясь по дну. Дыхание в ритме рук: с подниманием головы, с поворотом её в сторону выдоха;
- ❖ плавание за счёт движений рук. С подвижной опорой в ногах (доска, круг, надувная игрушка), без опоры- ноги вытянуты, сжаты, разведены. Попеременные движения руками по типу кроля: без выноса, попытки выноса. Одновременные движения руками (без выноса). Дыхание произвольное, в ритме рук: с подниманием головы, с поворотом;
- ❖ плавание облегчённым способом в полной координации. Попытки плавать облегчённым способом в различных сочетаниях движений рук и ног, руки и ноги по типу кроля (без выноса) на груди и спине, попытки с выносом. Ноги по типу кроля, руки- одновременные движения (без выноса). Дыхание произвольное и в соответствии с ритмом движения;
- ❖ упражнения имитационного характера. На суше, в воде на месте и в продвижении по дну: шагом, бегом- имитация гребковых движений руками в кроле (на груди и спине). Имитация движений ног в кроле: а суше и в воде. Различные имитационные движения руками и ногами в сочетании с дыханием;
- ❖ плавание за счёт движений ногами на груди и спине, в сочетании с дыханием (способом кроль). на груди и спине с различным положением рук: вытянуты, прижаты к туловищу- одна, обе и т.д. с доской, кругом, игрушкой в руках. Дыхание в ритме движения: с подниманием, поворотом головы;
- ❖ плавание за счёт движений руками на груди и спине с дыханием. На груди, спине из различных положений рук: вытянуты вперёд, прижаты к туловищу- одна, обе, гребок одной, другая вытянута и т.д.; поочерёдная работа рук. Ноги произвольно, вытянуты, с поддерживающими средствами;
- ❖ упражнения, подводящие к плаванию кролем на груди и спине в полной координации. Упражнения, подводящие к выполнению одного цикла способом кроль, двух циклов и т.д. различные варианты работы рук с движениями ног по типу кроля. Дыхание в ритме темпе работы с поворотом головы и выдохом в воду. Упражнения с постепенным усложнением;
- ❖ плавание кролем на груди и спине в полной координации. Плавание кролем на груди и спине в полной координации, выполняя 1, 2, 3, 4 и более циклов. Дыхание на груди с выдохом в воду, вдох с поворотом головы. На спине- в ритме работы. Постепенное увеличение длины проплывания.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В БАССЕЙНЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Игра «Гласные-согласные»

Педагог раскидывает тонущие игрушки в виде букв.

Детям предлагается найти и положить в контейнер только гласные звуки

Игра «Гласные-согласные»

Педагог раскидывает тонущие игрушки в виде букв. .

Детям предлагается найти и положить в контейнер только согласные звуки

Учебно - методическое и организационное обеспечение Программы
Материально – технические условия реализации Программы

- Спортивный зал и специализированное оборудование (гимнастические коврики, гимнастические палки, массажные валики, массажные мячики, контейнеры для игрушек, буквы);
- Бассейн и специализированное оборудование (нудлсы, колобашки, тонущие игрушки, тонущие буквы, контейнеры).

Кадровое обеспечение Программы. Программу реализует инструктор по физической культуре высшей квалификационной категории, категории «педагог-методист» Соломкина Алия Константиновна. Основное профессиональное образование: высшее, Адыгейский государственный университет, 2010 г. Специальность - физическая культура и спорт. Квалификация – специалист по физической культуре.

Педагог является победителем: грант Администрации города Когалыма, Премия Губернатора ХМАО-Югры, конкурс на звание лучшего педагога ХМАО-Югры в 2022 году, Спортивная элита – 2022, Премия Главы города Когалыма, Премия «Мы вместе», 2023г., Победитель регионального этапа «Воспитатели России», 2023г.

Список литературы

1. Баряева Л.Б. Проект примерной адаптированной основной образовательной программы для дошкольников с тяжелыми нарушениями речи. Л.Б. Баряева, Т.В. Волосовец, О.П. Гаврилушкина, Г.Г. Голубева СПб.: 2014 – 386 с.
2. Большакова, С.Е. Речевые нарушения и их преодоление: сб. упражнений / С.Е. Большакова. - М.: Сфера, 2005. – 124 с. – ISBN 5-89144-511-5 – Текст: непосредственный.
3. Борисов Е. Е. Образ жизни и заболеваемость коренного сельского населения Крайнего Севера. дис... канд. мед. наук: / Е. Е Борисов– Москва: - 2000. 156 с.
4. Бубнова А. А. К вопросу о состоянии осанки, физическом развитии, уровне здоровья школьников /А. А. Бубнова // - Москва: - 2010. С.65
5. Верхошанский Ю. В. Актуальные вопросы современных теории и методики спортивных тренировок. Теория и практики физической культуры // Ю. В. Верхошанский // Москва: -1994 С. 22-29.
6. Виноградов П. А. К вопросу об основах физической культуры и здорового образа жизни / П. А. Виноградов //- Москва: Советский спорт, 2017. 594 с.
7. Виноградов П. А. Основы физической культуры и здорового образа жизни / П. А. Виноградов - Москва: Советский спорт, - 1996. 167 с.
8. Воронова Е. К. Программа обучения детей плаванию в детском саду. Е. К. Воронова - Спб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003. - 80 с.
9. Волков М. В. Детская ортопедия. - 2-е изд., перераб и лоп. / М.В.Волков, В. Д. Дедова,- Москва: Медицина, - 1980, 312 с.
10. Гагара В. Ф. Методы коррекции осанки младших школьников средствами физических упражнений /В. Ф. Гагара// Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. - 2012. С. 43 - 46.
11. Глазырина Л. Д. Физическая культура – дошкольникам. Программа и программные требования /Л. Д. Глазырина/ - Москва: Гуманит. Изд.центр ВЛАДОС, - 1999. 144 с.
12. Гогоберидзе А. Г. Дошкольная педагогика с основами методик воспитания и обучения//А. Г.Гогоберидзе, О. В. Солнцева/ Учебник для вузов. 2-е издание. Стандарт третьего поколения. Спб.: 2017, 464 с.
13. Кашуба В. А. Биомеханика осанки. Олимпийская литература / В. А. Кашуба. – Киев, 2006. – 248с.
14. Ким Л. Б. Газовый состав кислотно-основное состояние крови у жителей Крайнего Севера. / Л. Б. Ким // Бюллетень СО РАМН. – 2020. - С. 77-81
15. Кишкун А. А. Руководство по лабораторным методам диагностики. / А. А. Кишкун. - М.: ГЭОТАР - Медиа, - 2007. 779 с.

16. Кожухова, Н. Н. Учеб. пособ. для студ. высш. учеб. завед. Н.Н.Кожухова, Л.А.Рыжкова, М.М.Борисова //Методика физического воспитания и развития ребенка. – М.: – Издательский центр «Академия», 2008. – 352 с.
17. Майерс Т. Анатомические поезда / Томас Майерс. – Москва.: Эксмо, - 2019. 320 с.
18. Нищева Н.В. Примерная программа коррекционно-развивающей работы в логопедической группе для детей с общим недоразвитием речи (с 3 до 7) Н.В. Нищева. СПб.: ООО «Издательство «Детство-пресс», 2013. – 560.
19. Осокина Т. И. Как научить детей плавать: Пособие для воспитателя детского сада / Т. И. Осокина. - М.: Просвещение, - 1985. - 80 с
20. Осокина Т. И. Обучение плаванию в детском саду / Т. И. Осокина, Е. А. Тимофеева - Москва:Просвещение, - 1991. -159 с.
21. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет: Пособие для воспитателя детского сада // Л. И. Пензулаева. – М.: Просвещение, - 1988. 143 с.
22. Якубович М.А. Коррекция двигательных и речевых нарушений у детей с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) методами физического воспитания. М.А. Якубович. – М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2017. – 279 с.

Список литературы для родителей (законных представителей)

1. Сайкина Е.Г. Степ-аэробика «Топ-топ» для дошкольников. Учебно-методическое пособие, Спб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2021. – 112 с.
2. Волошина Л.Н. Борzych И.С. Курилова Т.В. Шабельникова Т.Н. «Будь готов!» (Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО)
3. А.В. Бокатов, С.В. Сергеев «Детская йога» №4 (34)
4. Ю.В. Боковец «К правильной осанке через игру»
5. Всероссийский сетевой журнал для дошколят, родителей и педагогов детских садов. «Мир дошколят». Первый специальный спортивно-физкультурный выпуск № 6(17) июнь, 2023.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

Комплекс упражнений для коррекции нарушений ОДА у детей 5-7 лет с ТНР
для выполнения совместно с родителями (законными представителями)

Месяц	Последовательность упражнений, направленных на коррекцию и предупреждение нарушений ОДА
Сентябрь	1,3,5,30,31,32
	2,3,4,33,34,35
Октябрь	5,6,7,8,36,37,38
	9,10,11,12,39,40,41
Ноябрь	13,14,15,42,43,44
	16,17,18,45,46,47
Декабрь	19,20,21,22,48,49
	23,24,25,50,51,52
Январь	5,7,10,15,31,33,36
	11,13,14,15,37,38,39
Февраль	16,17,18,40,44,47
	19,22,24,25,50,52,53
Март	1,3,6,8,34,37,39
	4,5,8,10,15,38,39
Апрель	3,6,7,11,15,45,48,49
	4,7,9,14,37,37,39
Май	11,14,17,19,41,42
	9,15,16,39,43,48

Описание упражнений для использования родителями (законными представителями)

№ упр.	Название упражнения	Исходное положение упражнений	Методические рекомендации	Изображение
1	«Отведение рук в стороны»	И.п. О.С. руки вдоль корпуса с гантелями 1-отведение рук в сторону 2- И.п.	При выполнении упражнения ноги необходимо слегка согнуть в коленях, корпус слегка наклонить вперёд. Следить за правильным положением спины	

				
2	«Наклоны вперед с отведением рук в стороны»	И.п. О.С. руки вдоль корпуса с гантелями 1- наклон вперед с отведением рук в стороны 2- И.п.	При выполнении упражнения ноги необходимо слегка согнуть в коленях. Наклон выполняется с прогибом в поясничном отделе, следить за тем, чтобы ребенок не сутулился.	
3	«Наклон вперед с прямыми руками»	И.п. О.С. руки с подняты вверх 1- наклон вперед с поднятыми руками вверх 2- И.п.	При выполнении упражнения ноги необходимо слегка согнуть в коленях. Наклон выполняется с прогибом в поясничном отделе, следить за тем, чтобы ребенок не сутулился. При наклоне руки должны быть продолжением спины.	
4	«Пружинка руками в наклоне»	И.п. наклон корпуса вперед, руки подняты вверх (продолжение корпуса) 1-10 Выполнение пружинящих движение руками вверх.	При выполнении упражнения ноги необходимо слегка согнуть в коленях. Наклон выполняется с прогибом в поясничном отделе, следить за тем, чтобы ребенок не сутулился. Необходимо уделить особое внимание тому, чтобы ребенок выполнял пружинящие движения руками, а не корпусом.	

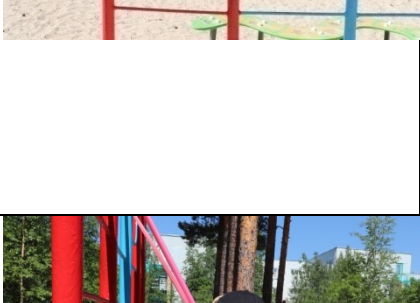
5	«Приседания для осанки»	И.п. О.С. руки с гантелями подняты вверх 1- Присед (руки остаются вверху) 2.И.п.	При выполнении упражнения, руки находятся в одном положении, над головой. Следить за тем, чтобы при возвращении в исходное положение, ребёнок не выпрямлял до конца ноги в коленях. Для того чтобы обучить ребёнка правильному приседу, нужно предварительно апробировать выполнение упражнения возле стены. Это необходимо для того чтобы, прочувствовать правильность выполнения упражнения.	 
6	«Лодочка»	И.п. лёжа на животе, ноги плотно сведены вместе, в руках гимнастическая палка, поднята вверх. 1-Подъём рук и ног, выполняется прогиб в спине 2-И.п.	Упражнение выполняется в статическом и динамическом напряжении. Выдох выполняется на усилие, в тот момент, когда выполняют подъём корпуса и ног.	
7	«Лодочка с движением ног по типу Кроль»	И.п. лёжа на животе, ноги плотно сведены вместе, в руках гимнастическая палка, поднята вверх. 1-10- попеременное сгибание и разгибание ног в	При выполнении следить за тем, чтобы ноги не сгибались в коленях. Упражнение можно выполнять с разной скоростью.	

		тазобедренном суставе на весу		
8	«Лодочка с разведением ног»	И.п. лёжа на животе, ноги плотно сведены вместе, в руках гимнастическая палка, которая поднята вверх. 1-10- выполнение сведение и разведение ног на весу	При выполнении следить за тем, чтобы ноги не сгибались в коленях. Упражнение можно выполнять с разной скоростью.	
9	«Перекаты»	И.п. лёжа на животе, ноги плотно сведены вместе, руки прямые и плотно прижаты к туловищу. Голова и корпус поднят вверх. 1-Наклон к правой ноге 2-И.п. 3-Наклон к левой ноге 4-И.п.	При выполнении упражнения, ноги не отрываются от пола, выдох выполняется на усилии.	
10	«Попеременное выпрямление рук и ног»	И.п. упор на четвереньках. 1-4- вытянули вперёд правую руку и левую ногу, выполняя пружинящие движения. 5-И.п. 6-8- вытянули вперёд левую руку и правую ногу, выполняя пружинящие движения. 9-И.п.	При выполнении упражнения, обращать внимание на равновесие. Руки и ноги необходимо держать прямыми.	
11	«Приведение согнутой руки к груди»	И.п. О.С. Удерживая шею и голову прямо. Заводим согнутую руку в локте за голову.	Следить за тем, чтобы корпус был неподвижен. Чтобы уменьшить напряжение мышц шеи, не нужно	

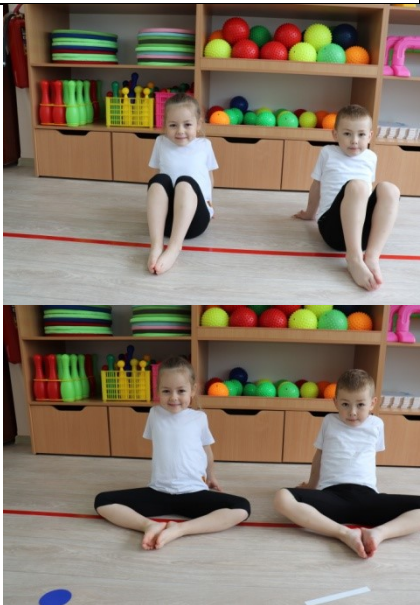
			наклонять голову вперед. Для более глубокой растяжки наклонить туловище влево.	
12	«Замок сзади»	И.п. О.С. Кисти рук сцеплены в замок за спиной. На выдохе, повернуть сцепленные кисти к ягодицам и продолжить их проворачивать по направлению к полу.	Если плечевые суставы недостаточно подвижны у ребёнка, можно использовать в помощь ленточный эспандер.	 
13	«Отведение ленты за спину»	И.п. широкая стойка, в руках ленточный эспандер, держим ленту за края. Концы ленты свободны. Поднимаем руки вперед, верх и уводим их за спину, выполняя ротацию плечевого сустава.	Если плечевой пояс малоподвижен, то расстояние между хватом рук увеличиваем. Следим за тем, чтобы ребёнок не сгибал руки в локтевом суставе.	 

14	«Прогиб у стены»	И.п. Широкая стойка, стоя лицом к стене, упор рук вверху о стену. Выполняем наклон корпуса вниз и скольжение рук по стене.	На выдохе выполняем прогиб в поясничном отделе.	
15	Миофасциальный релиз средней, малой и большой ягодичной мышц	Исходное положение сидя на ягодицах на ролле, согнуть левую ногу в колене и положить на правую. Рукой выполнить упор в пол, далее выполняются перекаты вперед-назад, с задержкой в верхней точке со сменой ног.	Данное упражнение выполняется прокаткой от средней ягодичной мышцы, далее переходит к малой и завершает большой ягодичной. Движения рола, не должны заходить в область поясницы.	
16	Миофасциальный релиз трапециевидной и ромбовидной мышц	Находясь в положении лежа, разместить рола на уровне верхней части спины. Положение рук за головой или сгруппировать руки на груди, чтобы лопатки были поперек груди. Поднимаем бедра от пола, медленно прокатываемся на ролле от верхней части спины вверх и обратно.	При выполнении упражнения, таз не опускаем и голову не запрокидываем назад. Поддерживаем постоянное давление на рола.	 
17	Миофасциальный релиз разгибателей грудной	Находясь в положении лежа, разместить рола на уровне грудной части	При выполнении упражнения необходимо расслабить мышцы спины и выполнять	

	части позвоноч ника	спины, исходное положение рук, за головой. Выполнить прокатывающиеся движения вверх и обратно вниз.	прокатывающиеся движения очень медленно.	
18	Миофасци ональный релиз бицепса и трицепса руки	Исходное положение, ложимся правой боковой частью корпуса на валик, правая рука поднята вверх. Ролл размещаем под трицепсом руки (возле подмышки), голова расположена на руке, в качестве увеличения давления.	При выполнении упражнения, спину не прогибать и держать равновесие.	
19	Миофасци ональный релиз для подвижнос ти плечевого пояса и мышц предплечи й	Исходное положение упор на коленях, руки в области предплечий расположены на валике. Прокатываем валик вперёд, до полного выпрямления рук, тянемся грудью к полу, тем самым вытягивая спину.	Необходимо расслабить мышцы спины и выполнить прогиб в грудном и поясничном отделе	
20	Миофасци альный релиз для подвижнос ти плечевого пояса и мышц предплечи й	Исходное положение, упор на коленях, размещаем ролл под правой (левой) рукой, в области трёхглавой мышцы плеча, левую (правую) руку заводим под корпус. Руками	При выполнении колени не сдвигать с места, выполнять выдох на усилии.	

		тянемся вперед по их направлению.		
21	«Вис на перекладине»	И.п. вис, хват перекладины руками на ширине плеч, хватом сверху.	После принятия И.п. необходимо выполнить выдох и расслабить тело.	
22	«Скручивание в висе» (подъем ног, согнутых в коленях)	И.п. вис на перекладине с прямыми руками и ногами. руки на ширине плеч.	На выдохе, подтянуть ноги, согнутые в коленях к животу задержаться на 1-2 сек., на вдохе медленно опуститься в И.п.	
23	«Скручивание в висе с разворота ми корпуса» (подъем ног, согнутых в коленях с поворотом коленей вправо-влево)	И.п. вис на перекладине с прямыми руками и ногами. руки на ширине плеч.	Подтянуть ноги, согнутые в коленях с разворотом их вправо, задержаться на 1-2 сек., на вдохе медленно опуститься в И.п.	
24	«Тяга ленты к груди»	И.п. стоя лицом к перекладине, ноги уже плеч слегка согнутые в коленях хват ленты руками.	Делаем глубокий вдох и на выдохе энергично, но в медленном темпе тянем ленту к груди, вернуться в И.п. выдох	
25	«Сведение и разведение рук с лентой»	И.п. стоя лицом к перекладине, ноги уже плеч слегка согнутые в коленях хват ленты руками.	На вдохе разводим руки с лентой в стороны до предела, на выдохе сводим их обратно, возвращаемся в И.п.	

26	«Молотки с лентой»	И.п. стоя лицом к перекладине, ноги уже плеч слегка согнутые в коленях хват ленты руками.	Делаем глубокий вдох и на выдохе тянем ленту двумя руками до уровня пояса. Вернуться в И.п.	
27	«Скручивание с лентой»	И.п. стоя лицом к перекладине, ноги уже плеч слегка согнутые в коленях хват ленты руками.	При выполнении необходимо округлить спину и выполнять выдох на усилие	
28	«Разведение рук в наклоне»	И.п. стоя лицом к перекладине, ноги уже плеч слегка согнутые в коленях хват ленты руками.	Делаем глубокий вдох и на выдохе наклоняем корпус вперед и одновременно разводим руки с лентой в стороны. Вернуться в И.п. Упражнение выполняется медленно без рывков.	
29	«Растягивание плечевого пояса в наклоне»	И.п. стоя лицом к перекладине, ноги уже плеч слегка согнутые в коленях хват ленты руками. Спина слегка прогнута в поясничном отделе.	Необходимо выполнить выдох и расслабить плечевой пояс с целью растягивания мышц груди и подвижности плечевого пояса	
30	Игровое упражнение «Ежик»	И.п. — сед на ковре или стуле, под правой стопой массажный мяч любого диаметра, спина прямая. (слова игры) Этот мячик так хорош! (Катать	Выполнить то же другой ногой.	

		стопой мяч вперед-назад.) Он на ежика похож. Буду ножки укреплять (катать мяч стопой по кругу) — Мячик ножками катать.		
31	Игровое упражнение «Лягушата»	И.п. — сед на ковре, ноги согнуть, стопа упирается в стопу, руки на колени, спина прямая. (слова игры) Жили-были лягушата, озорные, как ребята. Они лапки разминали силу лапок показали. Могли комариков поймать Раз, два, три, четыре, пять!	Необходимо руками надавливать на колени и соединять колени вместе. Упор руками сзади в пол; скользя внешней стороной стоп, разгибать и сгибать ноги, приподнять ноги, хлопнуть стопами.	
32	Игровое упражнение «Корова»	И.п. — сидя на стуле или кровати, хват руками за край, спина прямая. (слова игры) У нашей коровы ножки открыты. Вместо сапог у коровы копыта. По лужам шагает смело всегда, Ей не страшна дождевая вода.	По очереди ставить ноги вперед на пятки. Шагать носочками вперед-назад.	
33	Игровое упражнение «Перелож и платок!»	И.п. — сед, ноги врозь, упор руками сзади, спина прямая. (слова игры) Я платок возьму ногой Поднесу его к другой. я нес	Захватить платок правой стопой. Медленно перенести его к левой ноге. Выполнить то же другой ногой.	

		платок, не сплю. коврик я не зацеплю.		
34	Игровое упражнени е «Йог»	И.п. сед, ноги скрестно, правая нога сверху, руки на коленях, спина прямая, глаза закрыты. (слова игры) Ноги скрестно мы сидели Но не пили и не ели Спинки ровно мы держали И о чем-то все мечтали.	Надавливать на колени Плечи назад, вытянуться вверх Повторить упражнение, сменив ноги.	
35	Игровое упражнени е «Мои ножки»	И.п. — сед на стуле или кровати, руки на поясе, спина прямая. (слова игры) Эта ножка танцует. Эта ножка рисует. Раз, два, три, четыре, пять! Нарисуй кружок опять.	Носочком правой ноги начертить кружок. (То же левой и правой ногой)	
36	Игровое упражнени е «Упрямцы »	И.п. — сед на ковре, упор сзади, согнуть ноги, соединить стопы, спина прямая. Встретились два козленка, Два упрямых ребенка. (слова игры) Бодались, бодались, Сражались,	Приподнять ноги, давить стопами друг в друга Опустить ноги, выпрямить, отдохнуть	

		сражались... Потом они устали, Играть вместе стали		
37	Игровое упражнение «Художники»	И.п. — сид на стуле или кровати, упор руками о сиденье, спина прямая. (слова игры) Нарисуем мы ногами, как художники, руками. Это высший класс! Получается у нас	Рисовать пальцами на листе бумаги ног в которых зафиксирован фломастер или небольшие картинки в воздухе.	 
38	Игровое упражнение «Гармошка»	И.п. - сид на стуле или кровати, упор руками о сиденье, спина прямая. расстелена простынка. (слова игры) Соберу простынку ножкой. Словно ребрышки гармошки. Разглажу быстро стопой. И соберу другой ногой.	Собрать правой стопой простынку. Разгладить простынку, удерживая ее край	
39	«По кочкам»	Полусферы раскладывают по всей площади группы на расстоянии 30-40 см одна от другой.	Дети мягко шагают с кочки на кочку на носках в одном направлении друг за другом. На две последние строчки речитатива стоят на кочке на двух ногах. После небольшого отдыха	

			передвигаются на другую сторону группы	
40	Игровое упражнение «Дождь»	Идут вправо, меняя виды ходьбы по указанию взрослого: на носках, пятках, внешних сторонах стоп, высоко поднимая колени, скрестно, перекатом с пятки на носок и т.д. По сигналу «Дождь!» все останавливаются и дружно произносят: Дождь пошел, и надо нам разбегаться по домам!	Каждый игрок бежит к обручу и встает на его обод, передвигается по нему боком (правым и левым) приставными шагами.	
41	Игровое упражнение «Собери ногами!»	Вдоль стен зала на полу разложены обручи диаметром 50 см. Дети строятся в круг, размыкаются на вытянутые в стороны руки. (слова игры) «Захвачу предмет стопой И возьму его с собой: Я несу, за ним слежу, И в коробку положу»	По залу раскладывают мелкие предметы (части конструктора, пробки, желуди). Детям дают коробки. Они ходят по залу, захватывают стопами предметы и собирают их в коробки.	
42	Игровое упражнение «Космичес	По углам зала разложены 4 обруча диаметром 70-100 см на расстоянии не	По сигналу дети начинают двигаться по обручам в правую сторону приставными	

	какая карусель»	менее 2 м от стены. Дети делятся на четыре подгруппы. Каждая встает на один из обручей (средней частью стопы), строясь, таким образом в круг. Все берутся за руки.	шагами — карусели вращаются. На свисток все перебегают на противоположную сторону, занимая другие карусели.	
43	Игровое упражнение «Цапли»	Массажные кочки раскладывают по всей площади группы (спортивному залу). Дети под бубен ходят между ними. На сигнал свистка дети стоят на одной ноге и проговаривают слова (слова игры) «Цапля на одной ноге, может час стоять в реке»	Вторую ногу сгибают в коленном суставе, носок оттягивают, руки в стороны	
44	«Сидячий футбол»	И.п. Дети парами садятся друг напротив друга, ноги сомкнуты в коленях и прижаты к животу, упор руками сзади в пол.	Каждой паре дают мяч диаметром 20 см. Они ловят мяч руками, а толкают друг другу двумя ногами или одной (то правой, то левой)	
45	«Здравствуйте- до свидания»	И.П. сидя на гимнастической скамейке, стуле, полу; ноги вытянуты вперед, руки свободно лежат на ногах, спина прямая.	Спина прямая, темп средний (6 раз)	
46	«Эстафета с палочкой»	И.п. стоя на полу, палочка зажата пальцами ног.	Дети делятся на 2 команды, встают в одну линию близко друг к другу. По сигналу свистка	

			один игрок передает палочку пальцами ног другому. стараясь не опускать ногу на пол.	
47	«Ходьба по палочке»	И.п. стопы стоят на палочке, руки на поясе.	Передвигаться по палочке приставным шагом вправо-влево, прямо. Следить за тем, чтобы на палочке находилась середина стопы.	
48	«Нарисуем ножками»	И.п.сидя на скамейке, стуле, упор руками сзади о сиденье, спина прямая.	Рисовать то правым, то левым носочком небольшие картинки в воздухе и на песке.	
49	«Гусеница»	И.п.сидя на стуле или скамейке с широко расставленными ногами.	Приближать и удалять от себя стопы по полу, песку при помощи сгибания и разгибания пальцев ног, имитируя движения тела гусеницы.	

50	«Поклонись»	И.п. сидя на скамейке, стуле упор руками сзади, спина прямая.	Сгибать и разгибать пальцы ног.	
51	«Поссорились-помирились»	И.п.сидя на скамейке или стуле, стопы стоят на полу, упор руками сзади, спина прямая.	Развести носки ног в стороны, свести вместе.	
52	«Собери игрушки»	И.п.стоя врассыпную по залу.	По залу разбросаны мелкие игрушки, дети пальцами ног собирают их в обозначенное место. Игрушки плотно прижимать пальцами ног к стопе, передвигаясь на пятке.	
53	«Подними мяч выше»	И.п.сидя на полу (на траве или песке), мяч зажат стопами, упор руками сзади.	Поднятие мяча, вверх не сгибая колен и рук.	