

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 62 Приморского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТ:

Педагогическим советом ОУ
ГБДОУ детский сад № 62
Приморского района Санкт-Петербурга
Протокол от 27.08 2020 г. № 1

УТВЕРЖДЕН:

Приказом ГБДОУ детский сад № 62
Приморского района Санкт-Петербурга
от «27» августа 2020 г. № 20-019
Заведующий



В.М. Янковская

**ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН ГРУППОВОЙ РАБОТЫ ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
С ДЕТЬМИ РАННЕГО ВОЗРАСТА С ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ
В СЛУЖБЕ РАННЕЙ ПОМОЩИ (СРП)
НА 2020-2021 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Срок реализации: 2020-2021 учебный год

Составитель:

Инструктор по адаптивной физической культуре Кернер О.А.

ОКТАБРЬ

| Неделя/ Тема недели | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | | Заклю- чительная часть |
|---|--|--|--|--|---------------------|---------------------------------------|
| | | | ОРУ | Основные движения | Подвижные игры | |
| II, III неделя/ <i>Осенняя прогулка</i> | Общеразвивающие: Учить ходить и бегать в разном направлении, прыгать на месте, имитировать животных, бросать мяч вдаль к зрительным ориентирам. Развивать умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать самостоятельность. Вызывать положительный эмоциональный отклик на общение со взрослым и с детьми. Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, словами. | Ходьба за воспитателем, ходьба со сменой направления | ОРУ «Урожай» | «Попрыгаем как зайчики» (прыжки на месте). Бросание мяча способом из-за головы к зрительному ориентиру. | «Солнышко и дождик» | Ходьба стайкой за педагогом |
| IV неделя/ <i>«Осень. Изменения в природе. Сезонные явления»</i> | Общеразвивающие: Учить ходить и бегать в разном направлении, прыгать на месте, имитировать животных, бросать мяч вдаль к зрительным ориентирам. Развивать умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать самостоятельность. Вызывать положительный эмоциональный отклик на общение со взрослым и с детьми. Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, словами, направленным выдохом. | Ходьба за воспитателем, ходьба со сменой направления | ОРУ с листьями (формирование направленного длительного выдоха) | «Попрыгаем как зайчики» (прыжки на месте). Бросание мяча способом из-за головы к зрительному ориентиру. | «Солнышко и дождик» | Ходьба стайкой соберем листья в букет |

НОЯБРЬ

| | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
|---|--|---|---------------------------|---|--------------------------------------|---|
| | | | ОРУ | Основные движения | Подвижные игры | |
| Неделя/Тема недели | | | | | | |
| I неделя/ Моя группа. <i>Курьтки.</i> | Общеразвивающие: Упражнять в ходьбе и беге стайкой в одном направлении, в ходьбе по ограниченной поверхности, в ползании на четвереньках, в бросании мяча вдаль. Воспитывать самостоятельность, интерес к занятию. Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, словами. | Ходьба стайкой в одном направлении за воспитателем. Ходьба по дорожке (2 раза). | Игровое упражнение «Дети» | Ползание - «Котята ползут по дорожке» Произвольное бросание мяча - «Котята играют с мячами». | «Бегите все ко мне», «Догони мяч» | «Пойдем гулять!» Ходьба стайкой за педагогом |
| II неделя/ «Моя семья. Члены семьи» | Общеразвивающие: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному в разных направлениях, в прокатывании мяча в ворота, вползании и подлезании в ворота. Воспитывать внимание, самостоятельность, инициативу, положительное отношение к движениям. Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, словами. | Ходьба друг за другом в колонне в разных направлениях за воспитателем, который меняет направление | «Дружная семья!» | Прокатывание мяча в ворота и ползание за ним. | «Бегите все ко мне», «Догони мяч» | «Пойдем гулять!» Ходьба стайкой за педагогом |

| | | | | | | |
|----------------------------------|---|--|--------------------|---|-----------------------------------|---------------------------------|
| III неделя/ «Что мы надеваем» | Общеразвивающие: Упражнять детей в ходьбе в разных условиях (прямая и по кругу), в беге в медленном темпе за воспитателем. Учить прыгать с продвижением вперед, ползать по извилистой кругу. Развивать координацию, равновесие. Воспитывать самостоятельность, активность. Дать представление — «прямая», «по кругу». | Ходьба по прямой и по кругу («большие» и «маленькие» ноги) | ОРУ с погремушками | «Ползание по прямой». «Прыжки с продвижением вперед по прямой дорожке». | «Бегите все ко мне», «Догони мяч» | Игровое упр. «Мы топчем ногами» |
| IV неделя/ «Обувь» | Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, словами. | | | «Ползание по кругу». «Прыжки с продвижением вперед по кругу». | | |

ДЕКАБРЬ

| Неделя/Тема | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | Подвижные игры | Заключительная часть |
|----------------------------|---|---|----------------------------|--|----------------------------------|---|
| | | | ОРУ | Основные движения | | |
| I неделя/ Зимние сказки | Общеразвивающие: Упражнять в ходьбе и беге на носочках. Учить бросать мешочек с песком через веревку способом от плеча, прыгать между предметами. Развивать ловкость, равновесие. Вызывать положительные эмоции от выполнения заданий, от общения с детьми и со взрослым. | Обычная ходьба, ходьба-имитация. (с высоким подниманием колен, по медвежьи, в перевалочку). | «Здравствуй, зимушка-зима» | Бросание мячей в корзину, натянутую на стойки выше вытянутой руки ребенка на 15—20 см. Прыжки через «сугробы». | Подвижная игра «Воробушки и кот» | Ходьба в колонне по одному, Игровое упр. «Мы топчем ногами» |
| II неделя/ Птицы зимой | Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, словами. | Ходьба обычная, ходьба с высоким подниманием ног («По сугробам»), ходьба обычная с переходом на обычный бег, бег на носочках, ходьба. | | | Подвижная игра «Воробушки и кот» | Ходьба в колонне по одному, Игровое упр. «Мы топчем ногами» |

| | | | | | | |
|--------------------------------|--|--|-------------------------|--|---------------------|--------------------------------|
| III неделя/ Зимние забавы | Общеразвивающие: Упражнять в ходьбе и беге в разных условиях (твердая и мягкая дорожки). Учить прыгать в длину, ходить по скамейке. Развивать равновесие, координацию движений. Воспитывать активность и самостоятельность. Закрепить понятия «мягкая», «твердая». Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, словами. | Обычная ходьба, ходьба по мягкой дорожке, ходьба по твердой дорожке. Повторить 2 раза. Бег по твердой и мягкой дорожкам. Обычная ходьба, ходьба по мягкой дорожке, ходьба по твердой дорожке. Повторить 2 раза. Бег по твердой и мягкой дорожкам. | ОРУ «Новогодняя елочка» | - Ходьба по бревнышку. - Прыжки через небольшие препятствия «Сугробы» | «Волшебный паровоз» | Игровое упражнение «Дед Мороз» |
| IV неделя/ праздник Новогодний | | | | | «Волшебный паровоз» | Игровое упражнение «Дед Мороз» |

ЯНВАРЬ

| Неделя а/в/г/д/е/ж/з | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | Заклучительная часть | |
|--|--|--|----------------------------------|---|-------------------------------|------------------------------|
| | | | ОРУ | Подвижные игры (ПИ) | | |
| I неделя/ | | | | | | |
| II неделя/ | | | | | | |
| III неделя/ Изменения в природе (животные) | Общеразвивающие: Учить ходить разными способами, подражая животным. Упражнять в ползании и подлезании на четвереньках, в бросании мяча об пол. Развивать ловкость, координацию, внимание. Воспитывать самостоятельность, активность. | Обычная ходьба, ходьба-имитация. (с высоким подниманием колен, по медвежьи, вперевалочку). | ОРУ «На полянке зайки танцевали» | Подлезание под дуги. Бросание мяча об пол. | Подвижная игра "Волк и зайцы" | Ходьба парами друг за другом |

| | | | | | | |
|-----------------------------|---|--|---------------------------|---|-------------|------------------------------|
| | Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, словами, словосочетаниями. | | | | | |
| IV неделя/ Домашние задания | Общеразвивающие: Совершенствовать ходьбу, бег в разных направлениях. Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в ползании под шнур. Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, словами, словосочетаниями. | Ходьба обычная, на носочках, ходьба по узкой дорожке, обычная ходьба. Бег «Догони меня». | ОРУ «На бабушкином дворе» | -Прокатывание мячей в прямом направлении друг другу - ходьба, ползание под шнур. | «Гуси-гуся» | Ходьба парами друг за другом |

ФЕВРАЛЬ

| Неделя/ Темы | Задачи | Основная часть | | | Заключительная часть | |
|---------------------------------|---|--|----------------------------------|---|-----------------------------------|----------------------------------|
| | | Вводная часть | ОРУ | П/игра | | |
| I неделя/ животные рядом с нами | Общеразвивающие: Упражнять в ходьбе и беге в разных условиях (мягкая, твердая поверхность). Учить прыгать в высоту с места, ползать по мягкой поверхности. Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность. Закреплять | Ходьба обычная, быстрая по мягкой, твердой дорожкам. | ОРУ «На полянке зайки танцевали» | Ползание по твердой и мягкой дорожкам. Зашагивания на низкую скамейку и спрыгивания с приземлением на две ноги | Подвижная игра «Воробышки и кот». | Игра «малой подвижности «Прятки» |

| | | | | | | |
|----------------------------------|---|--|----------------------------------|---|----------------|---|
| II неделя/Животные рядом с нами | представление о твердых, мягких предметах. Активизировать словарь детей. Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, словами словосочетаниями. | Ходьба обычная, быстрая по мягкой, твердой дорожкам. | ОРУ «На полянке зайки танцевали» | Ползание по твердой и мягкой дорожкам. Зашагивания на низкую скамейку и спрыгивания с приземлением на две ноги | «Лохматый пес» | Игра «малой подвижности «Прятки» |
| III неделя/ Мой папа | Общеразвивающие: Учить двигаться, сохраняя направление. Выполнять действия в разных условиях. Развивать внимание, умение действовать в коллективе. Закреплять представления о цвете, форме предмета. Вызывать чувство радости от общения со взрослым и сверстниками. Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, словами словосочетаниями. | Ходьба в колонне по одному, перешагивая через препятствия. Бег от стены к стене. Бег с остановкой на сигнал «стоп!» | ОРУ «Машины» | Прокатывание мяча друг другу и ловля его. Ползание по прямой, перелезание через бревно. | «Паровоз» | «Автомобили едут в гараж» Ходьба друг за другом со звуковым сопровождением |
| IV неделя/ Моя семья/Члены семьи | | Ходьба в колонне по одному, толкая перед собой коляску, тележку по дорожке небольшой ширины. Ходьба и бег враспынную в чередовании. | ОРУ «Машины» | Прокатывание мячей в прямом направлении друг другу Толкание мяча ногой в ворота | «Карусели» | Игра с речевым сопровождением «Я пеку - пеку» |

МАРТ

| | | | | | |
|---------------------|--------|---------------|----------------|-------------------|----------------------|
| Неделя/Тем а неделя | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | Заключительная часть |
| | | | ОРУ | Основные движения | Подвижные игры |

| | | | | | | |
|--|---|---|-----------------------|---|--------------------|--|
| <p>I неделя/ Вы какая мама</p> | <p>Общеразвивающие: Совершенствовать ходьбу и бег. Упражнять в ползании по доске, в бросании мяча вдалеку двумя руками способом из-за головы. Воспитывать ловкость, смелость, самостоятельность.</p> | <p>Ходьба обычным шагом друг за другом, ходьба между предметами, расположенными в шахматном порядке. Бег между предметами</p> | <p>ОРУ «Матрешки»</p> | <p>- Ползание по наклонной доске Забрасывание мяча на горку и залезание на горку и скатывание с мячом</p> | <p>«Карусель»</p> | <p>Игра с речевым сопровождением «Я пеку - пеку»</p> |
| <p>II неделя/ мое тело</p> | <p>Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, словами, словосочетаниями.</p> | <p>Ходьба обычным шагом друг за другом, ходьба между предметами, расположенными в шахматном порядке. Бег между предметами</p> | <p>ОРУ «Матрешки»</p> | <p>- Ползание по наклонной доске Забрасывание мяча на горку и залезание на горку и скатывание с мячом</p> | <p>«По кочкам»</p> | <p>Игра с речевым сопровождением "Матрешки"</p> |
| <p>III неделя/ Наш дом и то что в нем</p> | <p>Общеразвивающие: Совершенствовать умение ходить, ползать, прыгать в разных условиях. Формировать чувство прекрасного и умение это замечать в окружающем.</p> <p>Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, предложениями.</p> | <p>Ходьба по извилистой дорожке Ходьба по мягкой дорожке Ходьба по узкой дорожке</p> | <p>ОРУ с мячом</p> | <p>Ползание по мягкой дорожке Прыжки по классикам с продвижением вбок и вперед.</p> | <p>«Карусель»</p> | <p>«Найди свой домик»</p> |
| <p>IV неделя/ Кого мы встретим в лесу</p> | | <p>Ходьба по извилистой дорожке Ходьба по мягкой дорожке Ходьба по узкой дорожке</p> | <p>ОРУ с мячом</p> | <p>Ползание по мягкой дорожке Прыжки по классикам с продвижением вбок и вперед.</p> | <p>«По кочкам»</p> | <p>«Найди свой домик»</p> |

АПРЕЛЬ

| Неделя | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
|------------------------------------|--|--|----------------------------------|--|-------------------------------------|---|
| | | | Общеразвивающие упражнения (ОРУ) | Основные движения | Подвижные игры (ПИ) | |
| I неделя/ Что мы едим? | Общеразвивающие: Совершенствовать ходьбу и бег. Закреплять умение соразмерять высоту шага с высотой препятствия, ходить по бревну, подлезать под низко опущенное препятствие. Развивать равновесие, ловкость. Формировать умения взаимодействовать с взрослым и сверстниками Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, предложениями. | Ходьба в колонне по одному, перешагивая через препятствия. Бег от стены к стене. Бег с остановкой на сигнал «стоп!» | ОРУ «Каравай-каравай» | «Позвони в колокольчик»- подпрыгивания вверх Зашагивания на низкую скамейку и спрыгивания с приземлением на две ноги Прыжки попеременно на одной и другой ноге | «Карусель» | Игра с речевым сопровождением «Я пеку - пеку» |
| II неделя/ Какая посуда нам нужна? | | Ходьба в колонне по одному, перешагивая через препятствия. Бег от стены к стене. Бег с остановкой на сигнал «стоп!» | ОРУ «Каравай-каравай» | «Позвони в колокольчик»- подпрыгивания вверх Зашагивания на низкую скамейку и спрыгивания с приземлением на две ноги Прыжки попеременно на одной и другой ноге | «Карусель» | Игра с речевым сопровождением «Посуда» |
| III неделя/ Весенние прогулки | Общеразвивающие: Совершенствовать ходьбу и бег. Закреплять умение соразмерять высоту шага с высотой препятствия, ходить по бревну, подлезать под низко опущенное препятствие. Развивать равновесие, ловкость. Формировать умения взаимодействовать с взрослым и сверстниками | Ходьба друг за другом. Игровое упражнение «Ноги большие и маленькие» Ходьба с перешагиванием через предметы (5-6 предметов) | ОРУ «Солнышко лучистое» | Ходьба по бревну Ползание и подлезание под низкое препятствие с шариком | Подвижная игра «Солнышко и дождик». | Игра «Найдем лягушонка». |

| | | | | | | |
|----------------------------|--|--|-------------------------|-------------------------|-------------------------------------|--------------------------|
| IV неделя/ первые цветы | Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, предложениями. | Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя: «Жуки полетели!» - дети разбегаются в рассыпную по залу. На сигнал: «Жуки отдыхают!» - дети ложатся на спин двигают руками и ногами, как бы шевелят лапками. | ОРУ «Солнышко лучистое» | ОРУ «Солнышко лучистое» | Подвижная игра «Найди свой цветок». | Игра «Найдем лягушонка». |
|----------------------------|--|--|-------------------------|-------------------------|-------------------------------------|--------------------------|

МАЙ

| Неделя/Тема | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | | ЗаклЮчительная часть |
|-------------------------------|--|---|----------------------------------|---|--------------------------------------|--|
| | | | Общеразвивающие упражнения (ОРУ) | Основные движения | Подвижные игры (ПИ) | |
| I неделя/Тема. Пасхкомья | Общеразвивающие: Закреплять умение ходить и бегать в разном темпе, бросать в горизонтальную цель, прыгать. Развивать ловкость, глазомер, внимание. Воспитывать интерес к выполняемым действиям. Коррекционные: Сопряжение движений с восклицаниями, предложениями. | Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя: «Жуки полетели!» - дети разбегаются в рассыпную по залу. На сигнал: «Жуки отдыхают!» - дети ложатся на спину двигают руками и ногами, как бы шевелят лапками. | ОРУ с мешочками | Бросание мешочков в горизонтальную цель. 3-4 раза Прыжки из обруча в обруч. | Подвижная игра. «Найди свой цветок». | Игра малой подвижности «Найти окно в горшочке» |
| II неделя/Тема. Цветы на лугу | | | ОРУ с мешочками | Бросание мешочков в горизонтальную цель. 3-4 раза Прыжки из обруча в обруч. | Подвижная игра. «Найди свой цветок». | Игра малой подвижности «Найти окно в горшочке» |
| III неделя/Тема. Квры с водою | Упражнять в ходьбе в колонне по одному, в беге со сменой направления. Вызывать удовольствие от совместных действий. | Ходьба друг за другом Ходьба с перешагиванием через предметы (5-6 предметов) | ОРУ с мячом | Бросание мешочков в горизонтальную цель. 3-4 раза Прыжки из обруча в обруч на двух ногах и с одной ноги на другую. | Подвижная игра «Солнышко и дождик». | Ходьба «Паровозиком». |