**ТЕТРАДЬ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ**

**ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**С УЧИТЕЛЕМ-ДЕФЕКТОЛОГОМ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ**

****

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Неделя** | **Лексическая тема** | **Подвижные игры/****игровые упражнения и т.д.** | **Индивидуальная работа** |
| **Октябрь** | 1 неделя | «Сад. Фрукты» | * Физкультминутка «Яблочко»;
* Утренняя гимнастика «Во саду ли, в огороде»;
* Подвижная игра «Яблоки, груши, сливы»;
 | Прыжки на месте на двух ногах, продвигаясь вперед, с поворотом: |
| 2 неделя | «Огород. Овощи» | * Самомассаж «Капуста»;
* Утренняя гимнастика «Спор овощей»;
* Динамическое упражнение «Огурцы-молодцы»;
* Пальчиковая гимнастика «В огороде у Федоры»;
 | Подбрасывание малого мяча вверх и ловля его после отскока от земли («Быстрый мячик»): |
| 3 неделя | «Ягоды» | * Пантомима «Прогулка в лес по ягоды»;
* Подвижная игра «Ежик в лесу»;
* Подвижная игра с речевым сопровождением «По грибы, по ягоды»;
 | Пролезание в обруч разными способами: |
| 4 неделя | «Осень» | * Глазная гимнастика «Цветные листочки»;
* Бодрящая гимнастика «Надела осень пестрый сарафан»;
 | Метание мяча-«мякиша» правой и левой рукой в обруч: |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Неделя** | **Лексическая тема** | **Подвижные игры/****игровые упражнения и т.д.** | **Индивидуальная работа** |
| **Ноябрь** | 1 неделя | «Деревья» | * Утренняя гимнастика с элементами корригирующей гимнастики «Деревья и кустарники»;
* Подвижная игра «Найди свое дерево»;
 | Прыжки на двух ногах на месте (по 30–40 прыжков 2–3 раза) в чередовании с ходьбой: |
| 2 неделя | «Посуда» | * Игровое упражнение «Звонкие ложки»;
* Пальчиковая гимнастика «Вот тарелка для Валерки»;
* Подвижная игра «Трали-вали»;
 | Ходьба скрестным шагом в медленном и быстром темпе: |
| 3 неделя | «Продукты» | * Самомассаж «Буду делать я салат»;
* Динамическая пауза «Варим мы компот»;
* Подвижная игра «Съедобное-несъедобное»;
 | Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли):*подгруппами* |
| 4 неделя | «Одежда» | * Пальчиковая гимнастика «Перчатки»;
* Самомассаж тела «Неряха»;
* Подвижная игра с речевым сопровождением «Что купили в магазине»;
 | Равновесие: ходьба по линии прямо (пятка к носку), боком, спиной вперед: |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Неделя** | **Лексическая тема** | **Подвижные игры/****игровые упражнения и т.д.** | **Индивидуальная работа** |
| **Декабрь** | 1 неделя | «Обувь» | * Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением «Чок-чок, каблучок»;
* Подвижная игра «Сапоги, ботинки, туфли»;
 | Игровое упражнение:«Кто самый меткий?»(бросание мяча одной рукой(правой) в цель, не менее 4–6 раз):  |
| 2 неделя | «Головные уборы» | * Подвижная игра «Забавные шляпы»;
* Коррекционное упражнение «Ходим в шляпах»;
 | Игровое упражнение:«Кто самый меткий?»(бросание мяча одной рукой(левой) в цель, не менее 4–6 раз): |
| 3 неделя | «Зима» | * Глазная гимнастика «Снежинка»;
* Пальчиковая гимнастика «Елочка»;
* Подвижная игра «Снежная королева»;
 | Игровые упражнение* «Догони пару»:
* *Вся группа*
 |
| 4 неделя | «Зимующие птицы» | * Упражнение на координацию движений «Полет птиц»;
* Упражнение для стоп «Птицы»;
 | Ведение мяча ногой между предметами:  |
| 5 неделя | «Новый год» | * Подвижная игра с речевым сопровождением «Дед Мороз»;
* Пальчиковая гимнастика «Елочка»;
* Массаж рук «Зимняя разогревалочка;
 | Пролезание в катящийся обруч боком без помощи рук *(об­руч катит другой ребенок)*:  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Неделя** | **Лексическая тема** | **Подвижные игры/****игровые упражнения и т.д.** | **Индивидуальная работа** |
| **Январь** | 2 неделя | «Зимние развлечения и виды спорта» | * Динамическая пауза «Санки»;
* Физкультминутка «Зимние забавы»;
* Подвижная игра с речевым сопровождением «Быстрые санки»;
 | Игровое упражнение «Забей шайбу в ворота»: |
| 3 неделя | «Дикие животные» | * Утренняя гимнастика «Заячья зарядка»;
* Динамическое упражнение

«По-лосиному красиво…»* Игровое упражнение «Олени в тундре»;
 | Игровое задание с мячом «Нарисуй восьмерку»: |
| 4 неделя | «Домашние животные» | * Упражнение для тренировки глазных мышц «Коза-дереза»;
* Упражнение на регулировку процесса дыхания «Корова»;
* Подвижная игра с речевым сопровождением «Котята»;
 | Игровое упражнение на развитие равновесия «Оловянный солдатик»: |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Неделя** | **Лексическая тема** | **Подвижные игры/****игровые упражнения и т.д.** | **Индивидуальная работа** |
| **Февраль** | 1 неделя | «Мебель» | * Подвижная игра с речевым сопровождением «Очень скоро…»;
* Игра малой подвижности «Займи свободный стул»;
 | Лазание под шнур в группировке, не касаясь руками пола и не задевая шнур:  |
| 2 неделя | «Транспорт» | * Упражнение на координацию «Мы-шоферы»;
* Упражнение для укрепления свода стопы «Вот Камаз идет груженный»;
* Упражнение на дыхание «Насос»;
 | Игровое упражнение «Сбей кеглю снежком»:*подгруппами* |
| 3 неделя | «Части суток» | * Подвижная игра «День и ночь»;
* Динамическая пауза «Когда это бывает»;
 | Игровое упражнение «Забей шайбу в ворота»: |
| 4 неделя | «День Защитника Отечества. Военные профессии» | * Физкультминутка «Будем мир мы защищать»;
* Игровое упражнение «Перепрыгни самолет»;
* Речевое упражнение «Летчики»;
 | Ходьба и бег змейкой между ледяными постройками (вперед лицом/спиной): |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Неделя** | **Лексическая тема** | **Подвижные игры/****игровые упражнения и т.д.** | **Индивидуальная работа** |
| **Март** | 1 неделя | «8 марта. Семья» | * Игра малой подвижности «Тюльпан»;
* Утр./гимн. «Маму очень я люблю»;
* Игровое упражнение «Платки»;
 | Прыжки на двух ногах через скакалку:  |
| 2 неделя | «Весна»  | * Физкультминутка «Солнышко весеннее»;
* Коррекционное упражнение «Ручейки, озерка»;
* Релаксация «Наедине с дождем»;
 | Игр./ упр. «Проведи мяч»:(отбивание мяча о землю на месте, с продвижением вперед): |
| 3 неделя | «Перелетные птицы» | * Подвижная игра с речевым сопровождением «Возвращаются певцы»;
* Упражнение для укрепления свода стопы «По полям бегут ручьи»;
 | Игровое упражнение «Бег парами» — бег с одной стороны площадки на другую:*Вся группа* |
| 4 неделя | «Профессии» | * Подвижная игра с речевым сопровождением «Мы теперь-водители»;
* Утр./гимн. «На стройке»;
 | Игровое упражнение на развитие равновесия «Ласточка»:  |
| 5 неделя | «Инструменты» | * Подвижная игра «Молоток, отвертка, гвоздь»;
* Подвижная игра с речевым сопровождением «Скворечники»;
 | Метание мяча-«мякиша» левой рукой в обруч:  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Неделя** | **Лексическая тема** | **Подвижные игры/****игровые упражнения и т.д.** | **Индивидуальная работа** |
| **Апрель** | 1 неделя | «Зоопарк» | * Упражнение на расслабление мышц рук «Сафари-парк»;
* Подвижная игра «Через джунгли»;
* Подвижная игра «Зебры, львы, слоны»;
 | Игровое упражнение «Пере­прыгни - не задень» (прыжки через шнур:  |
| 2 неделя | «Космос» | * Упражнение для коррекции зрения «Луна»;
* Логоритмика «Полет»;
* Упражнение для формирования правильной осанки «Ракета»;
 | Ходьба на носках между камешками с мешочком на голове:  |
| 3 неделя | «Цветы» | * Логоритмика «Васильки»;
* Самомассаж пальцев рук «Полевые цветы»;
 | Игровое задание «Пятка к носку» (ребенок с закрытыми глазами должен устоять подсчет до 20):  |
| 4 неделя | «Насекомые» | * Подвижная игра «Паук и мухи»;
* Подвижная игра с речевым сопровождением «Бабочки весной»;
 | Лазание под шнур в группировке, не касаясь руками пола и не задевая шнур: |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Неделя** | **Лексическая тема** | **Подвижные игры/****игровые упражнения и т.д.** | **Индивидуальная работа** |
| **Май** | 1 неделя | «День Победы» | * Динамическая пауза «Праздничный салют»;
* Подвижная игра «Разведчики»;
 | Прыжки на двух ногах через скакалку: |
| 2 неделя | «Скоро лето» | * Упражнение для нормализации дыхания «К солнышку»;
* Упражнение на дыхание «Подуем на плечо», «Травушка колышется»;
 | Игровое упражнение «Пас друг другу»:*парами (вся группа)* |
| 3 неделя | « Школьные принадлежности» | * Игровое упражнение «Перемена»;
* Игра малой подвижности «Копилка первоклассника»;
* Игровое задание «Логические пары»;
 | Игровоеупражнение «Пингви­ны» (дети зажима­ют мяч между колен и прыгают на двух ногах с продвижением вперед):  |
| 4 неделя | «Родной город-Колпино» | * Подвижная игра с речевым сопровождением «Любимый город»;
* Физкультминутка «Река Ижора»;
 | Пролезание в катящийся обруч боком без помощи рук *(об­руч катит другой ребенок)*:  |